

नमस्ते जी

ऋषि दयानंद द्वारा प्रचारित वैदिक विचारधारा ने सैकड़ो हृदय को क्रन्तिकारी विचारो से भर दिया | जो वेद उस काल में विचारो से भी भुला दिए गए थे | ऋषि दयानंद ने उन हृदयों को वेदों के विचारो से ओतप्रोत कर दिया और देश में वेद गंगा बहने लगी | ऋषि के अपने अल्प कार्य काल में समाज की आध्यात्मिक, सामाजिक, और व्यक्तिगत विचार धारा को बदल के रख दिया | ऋषि के बाद भी कही वर्षो तक यह परिपाटी चली पर यह वैचारिक परिवर्तन पुनः उसी विकृति की और लौट रहा है | और इसी विकृति को रोकने के लिए वैदिक विद्वान प्रो० राजेंद्र जी जिज्ञासु के सानिध्य में "पंडित लेखराम वैदिक मिशन" संस्था का जन्म हुआ है | इस संस्था का मुख्य उद्देश्य वेदों को समाज रूपी शरीर के रक्त धमनियों में रक्त के समान स्थापित करना है | यह कार्य ऋषि के जीवन का मुख्य उद्देश्य था और यही इस संस्था का भी मुख्य उद्देश्य है | संस्था के अन्य उद्देश्यों में सम्लित है साहित्य का सृजन करना | जो दुर्लभ आर्य साहित्य नष्ट होने की और अग्रसर है उस साहित्य को नष्ट होने से बचाना और उस साहित्य को क्रम बद्ध तरीके से हमारे भाई और बहनों के समक्ष प्रस्तुत करना जिससे उनकी स्वाध्याय में रूचि बढ़े और वे तुलनात्मक अध्यन कर सकें जिससे उनकी स्वधर्म में रूचि बढ़े और अन्य मत मतान्तरो की जानकारी उन्हें प्राप्त हो और वे विधर्मियो द्वारा लगाये जा रहे विभिन्न आक्षेपों का उत्तर दे सकें विधर्मियो से स्वयं भी बचें और अन्यो की भी सहयता करें | संस्था का उद्देश्य है समाज के समक्ष हमारे गौरव शाली इतिहास को प्रस्तुत करना जिससे हमारा रक्त जो ठंडा हो गया है वह पुनः गर्म हो सके और हम हमारे इतिहास पुरुषो का मान सम्मान करें और उनके बताये गये नीतिगत मार्ग पर चलें | संस्था का अन्य उद्देश्य गौ पालन और गौ सेवा को बढ़ावा देना जिससे पशुओ के प्रति प्रेम, दया का भाव बढ़े और इन पशुओ की हत्या बंद हो, समाज में हो रहे परमात्मा के नाम पर पाखण्ड, अन्धविश्वास, अत्याचार को जड़ से नष्ट करना और परमात्मा के शुद्ध वैदिक स्वरुप को समाज के समक्ष रखना, हमारे युवा शक्ति को अनेक भोग, विबिन्न व्यसनों, छल, कपट इत्यादि से बचाना |

इन कार्यो को हम अकेले पूरा करने का सामर्थ्य नहीं रखते पर, यह सारे कार्य है तो बड़े विशाल और व्यापक पर अगर संस्था को आप का साथ मिला तो बड़ी सरलता से पूर्ण किये जा सकते है | हमारा समाजिक ढाचा ऐसा है की हम प्रत्येक कार्य की लिए एक दुसरे पर निर्भर है | आशा करते है की इस कार्य में आप हमारी तन, मन से साहयता करेंगे | संस्था द्वारा चलाई जा रही वेबसाइट www.aryamantavya.in और www.vedickranti.in पर आप संस्था द्वारा स्थापित संकल्पों सम्बन्धी लेख पड़ सकते है और भिन्न-भिन्न वैदिक साहित्य को निशुल्क डाउनलोड कर सकते है | कृपया स्वयं भी जाये और अन्यो को भी सूचित करे यही आप की हवी होंगी इस यज्ञ में जो आप अवश्य करेंगे यही परमात्मा से प्रार्थना करते है |

जिन सज्जनों के पास दुर्लभ आर्य साहित्य है एवं वे उसे संरक्षित करने में संस्था की सहायता करना चाहते हैं वो कृपया निम्न पते पर सूचित करें

ptlekhram@gmail.com

धन्यवाद् !

पंडित लेखराम वैदिक मिशन

आर्य मंतव्य टीम



AryaMantavya
Make The Whole World Noble



व्यावहारिक सभ्यता

लेखक

गणेशदत्त शर्मा 'इन्द्र'

प्रकाशक

सस्ता साहित्य मण्डल,

दिल्ली

छठी बार २०००
सन १९३९
मूल्य आठ आना।

पूज्य मालवीयजी की अपील

"'सस्ता साहित्य मण्डल' ने हिन्दी में उच्चकोटि की सस्ती पुस्तकें निकालकर हिन्दी की बड़ी सेवा की है। सर्वसाधारण को इस संस्था की पुस्तकें लेकर इसकी सहायता करनी चाहिए।"

मदनमोहन मालवीय

मुद्रक
हिन्दुस्तान टाइम्स प्रेस,
दिल्ली

प्रथम संस्करण की भूमिका

ऋग्वेद में लिखा है—

"इला सरस्वती मही तिस्रो देवीर्मयो भुवः। बर्हिः सीदंत्वस्रिधः॥"

अर्थात्—(इला) मातृभाषा (सरस्वती) मातृसभ्यता और (मही) मातृभूमि (तिस्रःदेवीः) ये तीन देवियां (वयोभुवः) कल्याण करनेवाली हैं। इसलिए तीनों देवियां (बर्हिः) अन्तःकरण में (अस्रिधः) बिना भूले हुए (सीदन्तु) स्थित हों।

तात्पर्य्य यह कि मातृभाषा, मातृसभ्यता और मातृभूमि में प्रत्येक मनुष्य का अगाध प्रेम होना चाहिए। यह वेद-वचन हमें मातृ-सभ्यता को सदा ध्यान में रखते हुए कार्य्य करने की आज्ञा देता है। यह मातृ-सभ्यता शब्द यहां बहुत विचार करने योग्य है। क्योंकि वेद का उपदेश किसी देश-विशेष के लिए नहीं है बल्कि सारे संसार के लिए है। इसीलिए वेद ने सभ्यता के साथ मातृ-शब्द लगाकर उसे सीमाबद्ध कर दिया है। इसे हम चाहें तो "देशी-सभ्यता" कह सकते हैं। इससे स्पष्ट है कि प्रत्येक देश की सभ्यता अलग-अलग है और जो जिस देश का रहनेवाले है उसे अपने देश की सभ्यतानुसार अपना जीवन व्यतीत करना चाहिए। यह वेद के उक्त उपदेश का अर्थ है। महात्मा गांधी ने भी इस वेद वाक्य के अनुसार ही इन्दौर नगर में दिये हुए चैत्र कृष्ण ३ सं० १९७४ वि० के अपने व्याख्यान में कहा था—

"मैं आप लोगों को यह कहने आया हूँ कि आप अपनी सभ्यता पर

विश्वास करें और उस पर दृढ़ रहें; ऐसा करने से हिन्दुस्तान सारे संसार पर साम्राज्य कर लेगा।.........हम ऐसे देश के रहनेवाले हैं जो अभीतक उसी सभ्यता पर निर्भर रह सका है।............यूरोप की सभ्यता आसुरी है।.........अगर हम यूरोप की सभ्यता का अनुकरण करेंगे तो हमारा नाश हो जायगा। मैं इन सूर्यनारायण से (जो उदय हो रहे हैं) प्रार्थना करता हूँ कि भारत अपनी सभ्यता न छोड़े।.........कृपाकर प्राचीन सभ्यता मत भूल जाइए।"

हमारे राष्ट्र-सूत्रधार महात्मा गांधी हमें उक्त वचनों द्वारा अपनी प्राचीन सभ्यता पर अटल रहने की आज्ञा देते हैं। सृष्टि के आरम्भ में उत्पन्न वेद जो कह रहे हैं वही बात वर्त्तमान काल में महात्मा गांधी भी हमें कह रहे हैं। अर्थात् अत्यन्त प्राचीन और अत्यन्त नवीन दोनों बातें एक-सी ही हैं।

कई लोगों का अन्दाज है कि जिस प्रकार विदेशों में परिवर्तन होगा उसी प्रकार चलने से हमारा कल्याण होगा, किन्तु यह भ्रम है। भारतेतर देश इन दिनों अपनी उन्नति के पथ पर अग्रसर हुए हैं, अतएव वहां जितने परिवर्तन न हों, वे ही थोड़े हैं; किन्तु हमारा भारत आज से हजारों वर्ष पूर्व अपने देश की जलवायु के अनुसार उन्नति की पराकाष्ठा कर चुका है। यह काल तो हमारे पतन का है। इसलिए हमें अपनी प्राचीन सभ्यता को ढूंढकर तदनुसार आचरण करना चाहिए। हम लोग विदेशी सत्ता में वर्षों से हैं, इसलिए हमने अपनी सभ्यता को भुलाकर उन्हीं की सभ्यता को अपना लिया है, यह ठीक नहीं है।

हमारा देश एक ऐसा देश है जो अपनी सभ्यता द्वारा ही उन्नति कर सकेगा। अन्य देशों के अनुकरण से हम सभ्य बनने के बजाय असभ्य हो जावेंगे। यूरोप की कई सभ्यतायें नष्ट हो गई और हो जावेंगी किन्तु

हमारे देश की सभ्यता ज्यों की त्यों इस पतन के समय भी जीवित हैं। सब विद्वान् एक स्वर से इस बात को स्वीकार करते हैं कि "भारतवर्ष की जो सभ्यता आज से हजारों वर्ष पहले थी, लगभग वही आज भी है।"

हमारी सभ्यता हमारे ऋषि-मुनियों की घोर तपश्चर्या का सार है। फिर भला वह कैसे नष्ट हो सकती है—और किस प्रकार अनुपयोगी साबित की जा सकती है? परन्तु यह बात और है। हमें अपनी दृष्टि को एकदम संकुचित भी नहीं कर लेना चाहिए। जहां कहीं भी हमें अच्छी बातें दिखाई दें उन्हें हम ग्रहण करें, यही सभ्यता का सबसे पहला और आवश्यक गुण है।

यजुर्वेद कहता है कि—

"भद्रं कर्णेभिः श्रृणुयाम देवा भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः।
स्थिरैरंगैस्तुष्टुवाँ ँ सस्तनूभिव्यशे महि देवहितं यदायुः॥

य० अ० १५ मं० २१।

अर्थात् कानों से अच्छी बातें सुनें, आंखों से सदा शुभ पदार्थों को ही देखें और अंग-उपांगों द्वारा सदा शुभ कार्यों को करते रहें। मतलब यह कि हमारे शरीर का रोम-रोम सदा कल्याण-पथ का ही अनुगामी हो। यही हमारी प्राचीन सभ्यता है।

यह सब कुछ है, किन्तु अभीतक इस विषय पर मेरे विचार से संस्कृत भाषा और बँगला भाषा को छोड़कर किसी अन्य देशी भाषा में एक भी पुस्तक नहीं है। इसी आवश्यकता को कुछ अंशों में पूर्ण करने के लिए **यह हिन्दी में छोटा-सा प्रयास है।**

एक बात यहां और कह देना उचित है। लोगों का प्रायः यह खयाल है कि "जो आदत या स्वभाव पड़ गया उसका छूटना असम्भव है।" यह विचार गलत है। आदत को छोड़ना असम्भव नहीं, कष्ट-साध्य अवश्य है।

इसलिए जरा विचार के साथ काम किया जाय तो सैकड़ों बुरी आदतें छूट जायँगी। एक दो बार की असफलता से निराश नहीं हो जाना चाहिए—

"योजनानां सहस्रन्तु शनैः गच्छेत् पिपीलिका।"

अर्थात्—अत्यन्त छोटा प्राणी चींटी भी अगर निरन्तर चलती रहे तो हजारों कोस चली जाती हैं। फिर भला हम तो मनुष्य हैं, क्या नहीं कर सकते? इस मंत्र का अर्थ-सहित जाप करते ही आपके शरीर में स्फूर्ति आ जायगी और एकदिन बड़े-से-बड़े काम को भी कर डालने का आप में पुरुषार्थ में होगा। इसलिए हिम्मत न हारिए और वर्षों के दोषों को पुरुषार्थ द्वारा नष्ट कर दीजिए। यह तो है ही नहीं कि आपमें असंख्य असभ्यतायें भरी हुई हैं, या आप असभ्यता के भण्डार हैं! यदि कुछ दोष हों भी तो उन्हें हटा देना एक पुरुषार्थी मनुष्य के लिए कोई बड़ी बात नहीं है।

आगर (मालवा)
वर्ष का प्रथम दिन
सं० १९७९ वि०

विनीत
गणेशदत्त शर्मा
'इन्द्र'

छठे संस्करण की भूमिका

"सभ्यता" शब्द "संस्कृति" का पर्यायवाची शब्द है। परन्तु संस्कृति और सभ्यता के अर्थ में थोड़ा सा अन्तर है। इनमें कारण कार्य का सा संबंध है। अर्थात् संस्कृति का कार्य सभ्यता है। अंग्रेजी के कल्चर (culture) शब्द का पर्यायवाची शब्द संस्कृत भाषा में 'संस्कृति' शब्द है। संस्कार की गई शुद्ध वस्तु को संस्कृत कहा जाता है। और संस्कृत से संस्कृति का जन्म हुआ है। संस्कार हृदयपटल पर अंकित हुई उन बातों का नाम है, जो मन और वाणी आदि की शुद्धता के अभ्यास द्वारा उत्पन्न होते हैं। मानसिक और नैतिक विकसित बुद्धि का जब दूसरों के साथ व्यवहार होता है, तब इसी मर्यादा का नाम "व्यावहारिक सभ्यता" हो जाता है। सारांश यह कि सभ्यता संस्कृति का परिणाम या उससे उत्पन्न संतति है। अस्तु—

सभ्यता का भाव देशकालानुसार पृथक्-पृथक् होता है। जैसे पश्चिमी देशों में "मशीनों से काम लेना" या "Eat Drink and be marry" सभ्यता है तो भारत की सभ्यता का तत्त्व स्वार्थ परायणता रहित, समस्त प्राणियों की कल्याण कामना कहा जा सकता है।

सभ्यता को मोटे-मोटे दो भागों में विभक्त किया जा सकता है। एक दैवी और दूसरी आसुरी। दैवी सभ्यता बाह्य और आन्तरिक दोनों उन्नति की विधायक है। इसमें आस्तिकता, अध्यात्मचिंतन और विश्व-भावना होती है तो 'आसुरी' में प्रकृति की प्रधानता होने के कारण संकुचित जाति भावना, धन दौलत की लालसा, स्वार्थपरायणता और भौतिकता का बोलबाला रहता है। दैवी सभ्यता में यदि संसार के प्राणी मात्र के प्रति सद्भावना होती है तो आसुरी सभ्यता इसके विरुद्ध स्वार्थ

और संकुचित भावना से युक्त होती है। पाश्चात्य देशवासी इसीमें अपनी सभ्यता की पराकाष्ठा मानता है कि—यथासंभव अपने स्वत्व और अधिकारों को स्थापित करके अपने भोगों की वृद्धि करे। वह सोचता है कि, जो कुछ संसार में है वह उसके लिए हैं। मेरे लिए अच्छा मकान हो, उसमें ऐश्वर्य सूचक सामान हों, सब सुख भोग मेरे सामने हाथ जोड़े खड़े रहा करें। दूसरे लोग मेरा धन और शक्ति देखकर मान करें। मेरी जाति ही संसार के समस्त राष्ट्रों की अधिपति हो। संसार में एक मात्र मेरी ही जाति व्यापार करे इत्यादि भावनाओं में पाश्चात्य सभ्यता की इतिश्री है। किन्तु भारतीय-सभ्यता ठीक इसके विपरीत है। वह चाहती है कि उसमें त्याग और कर्त्तव्य की प्रधानता हो।

एक समय वह था जब अमेरिका, अफरीका, यूरोप आदि महाखण्डों में भारतीय सभ्यता की वैजयन्ती फहराती थी किन्तु आज समय ने पलटा खाया कि पश्चिमी देशों में सभ्यता का रूप कैसा विकृत होगया है और यहां इसका बे रोक टोक प्रचार हो रहा है। पर कोई यह न समझे कि हम अपने देश की सभ्यता को ही श्रेष्ठ सिद्ध करने के लिए दूसरे देशों की सभ्यता को बुरा कह रहे हैं; बल्कि आज तो पाश्चात्य विचारक भी अपनी सभ्यता से तंग आरहे हैं। महात्माजी के सिद्धान्तों की ओर उनका झुकाव इस बात को साबित करता है।

देखा जारहा है कि भारत धीरे-धीरे विदेशी सभ्यता को अपनाता जारहा है। उसके सामने भी सभ्यता सुन्दर वेषभूषा, अच्छे मकान, मोटर, साइकल, रेल, तार, कल कारखाने, जहाज, नहरें, वायुयान, सिनेमा, थियेटर, पूंजी इत्यादि ही होगई है। भौतिक बाह्याडम्बर को ही सभ्यता का रूप दिया जाने लगा है। लेकिन उसे यह ख्याल रखना चाहिए कि वह भूल कर रहा है।

हमारी इच्छा है कि भारत अपनी सभ्यता से विमुख न हो। वह अपनी संस्कृति को ही अपनावे। इसीमें इसका हित है। अपनी सभ्यता से विचलित भारत को सावधान होने का यही समय है। जबतक देश अपनी सभ्यता से प्रेम नहीं करेगा तबतक वह न तो उन्नति ही कर सकता है और न स्वराज्य ही ले सकता है।

यह "व्यवहारिक सभ्यता" मैंने आज से १२ वर्ष पूर्व लिखी थी। "सस्ता साहित्य-मण्डल" ने इसे प्रकाशित की। हिन्दी प्रेमियों ने इसे खूब ही अपनाया। संस्करण पर संस्करण निकले। पांच संस्करण हुए। ग्यारह हजार प्रतियां खपीं। और हजारों आदमियों ने उसे पढ़ा होगा। अब यह छठा संस्करण आपकी सेवा में उपस्थित है। इस संस्करण को घटा बढ़ाकर और भी उपयोगी बनाया है। पूर्वापेक्षा इसका कलेवर बढ़ा दिया गया है। मैं अपनी इस कृति को प्रेम से अपनाने के लिए हिन्दी-पाठकों को धन्यवाद देते हुए प्रार्थना करता हूँ कि भविष्य में भी इसी प्रकार मेरी सेवा को अपनाकर अनुग्रहीत करते रहेंगे।

शान्तिकुटी
आगर (मालवा)
बसन्तपंचमी १९९१

गणेशदत्त शर्मा 'इन्द्र'

विषय-सूची



व्यावहारिक सभ्यता

"मेरी धारणा है कि भारत ने जिस सभ्यता को जन्म दिया था, विश्व की कोई सभ्यता उसकी बराबरी की नहीं है। हमारे पूर्व पुरुष जो बीज बो गये हैं, उसकी समता करनेवाली, इस संसार में एक भी वस्तु नहीं है। रोम के धुर्रे उड़ गये, यूनान का नाम शेष रह गया, फिरौन का साम्राज्य रसातल को चला गया, जापान पश्चिम के चंगुल में फँस गया और चीन की तो बात कुछ कहते ही नहीं बनती। परन्तु भारत की, पत्ते झड़ जाने पर भी जड़ मजबूत है।"

महात्मा गांधी

१

धार्मिक व्यवहार

"यस्तु सर्वाणि भूतानि आत्मन्येवानुपश्यति।
सर्व भूतेषु चात्मानं ततो न विजुगुप्सते ॥"

(यजुर्वेद)

(१)

इस अखिल विश्व के निर्माता, सच्चिदानन्द परब्रह्म, परमात्मा के स्मरण से अन्तःकरण पवित्र होता है। अन्तःकरण की पवित्रता से ज्ञान का प्रकाश होता है और अज्ञानान्धकार का विनाश होता है। अतएव यह परमावश्यक है, कि बुद्धि की पवित्रता के लिए परमात्मा का स्मरण रात-दिन किया जाय। सद्गुण ही सभ्यता के चिह्न हैं और इनका अभाव ही असभ्यता है। असभ्यता को नाश करने के लिए पवित्र मन की सबसे पहले आवश्यकता है। और मन को पवित्र बनाने के लिए सच्चे हृदय से ईश्वर स्मरण सबसे उत्तम साधन है।

(२)

कई लोग ईश्वर-चिन्तन अन्तःकरण की शुद्धि के लिए नहीं करते बल्कि दिखाने या दुनिया में भलेमानुस कहलाने के लिए करते हैं। ऐसे लोग स्वार्थी हैं। ये लोग प्रायः ऐसे स्थानों पर उपासना करने बैठते हैं, जहाँ लोगों का आवागमन खूब हो। ये भक्ति नहीं करना चाहते, बल्कि भक्त कहलाना चाहते हैं। ऐसा करना अनुचित है। ईश्वर-स्मरण एकान्त स्थान में, जहाँ किसी-प्रकार का शोरगुल न हो, कोई देखता न हो, लोगों का भीड़-भड़क्का न हो, वहाँ करना चाहिए। मन्दिरों, मस्जिदों या ऐसे ही दूसरे स्थानों में बकध्यान लगाकर ईश्वरोपासना का ढोंग करना भले आदमियों का काम नहीं है। नदियों के घाटों पर, पनघट पर या ऐसे ही दूसरे स्थानों पर जहाँ बहुधा स्त्रियाँ आती-जाती हैं पूजा-पाठ का ढोंग रचकर बैठना बिलकुल असभ्यता है। सच्चे ईश्वर भक्त तो एकान्त में ही अपने मालिक को रिझाते हैं।

(३)

जब कोई व्यक्ति चाहे वह आपके धर्म का माननेवाला हो या न हो—ईश्वर प्रार्थना कर रहा हो तो आपको वहाँ किसी तरह का ऐसा काम जिससे उसके ध्यान में विघ्न पड़ता हो, नहीं करना चाहिए। ईश्वरोपासना एक ऐसा कार्य है जिसमें गड़बड़ उत्पन्न करना बड़ी भारी असभ्यता है। उपासना करनेवालों के पास या तो ठहरो मत; और यदि ठहरो तो इतने चुपचाप हो जाओ कि उपासक को आपकी मौजूदगी का कोई भान न हो।

(४)

जो व्यक्ति उपासना कर रहा हो, उससे बहुत ज़रूरी काम होने पर भी मत बोलो। क्योंकि उस वक्त वह एक ऐसे की सेवा में है, जिस से बढ़कर इस ब्रह्माण्ड में दूसरी कोई शक्ति ही नहीं है। कैसा ही काम क्यों न बिगड़ता हो, ईश्वरोपासना में विघ्न डालना सभ्यता नहीं है।

(५)

पूजा में बैठे हुए व्यक्ति के मुँह के सामने कदापि न बैठो। जहाँ तक हो पीछे की ओर या दाएं बाएँ बैठो। उसके सामने से भी न आओ जाओ। उसके आँख मूँदकर ध्यानावस्थित होने पर, चुपके से भी घूमने फिरने की आदत, या कानाफूँसी से बोलने की आदत खराब है।

(६)

कई भक्त, ईश्वर स्मरण के समय या भक्ति या पूजापाठ करते समय स्तुति के पद्य भी बोलते जाते हैं और बीच-बीच में बातें भी करते जाते हैं, यह ठीक नहीं है। उपासना और दूसरे कार्यों में शत्रुता है। बहुत से लोग गौमुखी में हाथ डाले इधर-उधर देखते हैं, घूमते हैं, इशारों से बातचीत करते हैं, लोगों के प्रश्नों का उत्तर सिर या हाथ पांव हिलाकर देते हैं, यह बात भी ठीक नहीं है। भगवान् में भी ध्यान लगाना और सांसारिक बातों में ध्यान देना ये दोनों काम एक साथ नहीं हो सकते।

(७)

अपना धार्मिक चिह्न समझकर, या आयुर्वेदानुसार सिर पर अथवा शरीर के अंगविशेषपर गंधादि का तिलक लगाना तो ठीक है,

परन्तु जो अपने को सुन्दर और आकर्षक दिखाने के लिए लाल, पीले, काले हरे आदि विविध प्रकार के रंगों से कपाल अथवा मुहं को रंगते हैं वे असभ्य हैं। तिलक में ड्राइंग निकालना, चित्र बनाना केवल छिछोरपन है। मस्तक पर तिलक लगाकर तिनके या सींक से अथवा कंघे के दाँतों से चन्दन में लकीरें करना महज़ अपनेको संवारना है, धर्म की मज़ाक है और धूर्त्तता है।

(८)

चाहे जब, चाहे जहाँ अपने इष्ट के नामको ज़ोर से चिल्लाकर बोल उठना भी ठीक नहीं है। इससे यह प्रकट नहीं होता कि आप परमभक्त हैं, बल्कि यह सिद्ध हो जाता है, कि आप एक सनकी हैं; और जब कभी सनक आती है बक उठते हैं। व्यर्थ का चिल्ला उठना ठीक नहीं है।

(९)

डकार छींक या जँभाई के बाद प्रायः लोग एक प्रकार की अपनी निराली ही आवाज निकाला करते हैं। कभी-कभी तो यह आवाज इतनी कर्णकटु और भद्दी होती है कि सुननेवाले को बहुत ही बुरी लगती है। ऐसी आवाज़ें करना ठीक नहीं है। ऐसा अभ्यास डालो कि इन वेगों के पश्चात् मुंह से कोई शब्द न हो; केवल "ओ३म्" या ऐसा ही अपने धर्म से सम्बन्ध रखनेवाला कर्णप्रिय शब्द हो।

(१०)

किसीकी वस्तु को बिना पूछे आँख बचाकर उठा लेना ही चोरी है। यह बहुत ही बुरा काम है। सभ्य मनुष्य को स्वप्न में भी किसी

वस्तु की चोरी नहीं करना चाहिए। हमेशा "परधन धूलि समान" समझना चाहिए। क्योंकि चोरी को अधार्मिक कृत्य माना है। किसी भी मजहब में या मत में इसे अच्छा नहीं कहा है। यह बड़ा ही निंद्य एवं नीच कार्य है। इसका परिणाम भी बहुत बुरा होता है।

(११)

भीख माँगना बहुत बुरा काम है। अपनी कमज़ोरियों को प्रकट करके दूसरे के उपार्जित द्रव्य में से बिना किसी श्रम के कुछ भी प्राप्त करना बुरा है।

"सब से लघु है मांगिबो या में फेर न सार।
बलि पै जाचत ही भए वामन तन करतार॥"

(१२)

भारत में भिखमंगे बहुत बढ़ गये हैं और बढ़ते ही जा रहे हैं। ब्राह्मणों ने तो इसे अपना धर्म मान लिया है। किन्तु "दान" और "भिक्षा" में अन्तर है। दान वह है जो बिना माँगे प्राप्त हो। भिक्षा वह है जिसे माँगना पड़े। भिक्षा भी कम-से-कम उतनी ही लेनी चाहिए जिससे कि निर्वाह मात्र हो सके। पहले के ब्राह्मण ऐसे ही थे, केवल उदर-पोषण के लायक ही वे दान स्वीकारते थे। यदि कोई अधिक दे भी देता तो वे उसे किसी सत्कार्य में लगा देते या दूसरों को दे देते थे। परन्तु आज लोग स्वार्थी होकर जितना प्राप्त किया जा सके उतना ज़बरदस्ती लेने की कोशिश करते हैं।

(१३)

कमाने खाने योग्य होते हुए भी, भीख या दान पर अपना

गुजारा करना बहुत ही बुरा है। दान के पात्र अपाहिज, वृद्ध, रोगी, विद्वान साधु सन्यासी और गरीब निर्धन विद्यार्थी है। इनके अतिरिक्त जो लोग भीख माँगते है वे समाज के चोर है। और जो ऐसों को भीख देते है व लोगों को आलसी बनाने मे मदद करते है।

(१४)

दान पर अपना गुजारा करने का अधिकारी वही है जो तनमन से समाज और देश की सेवा करता हो। भीख माँग-माँग कर अपना और अपने बाल बच्चों का पेट भरना, मोजें उड़ाना कृतघ्न पुरुषों का काम है। भीख या दान लेकर उसका बदला चुकाना ही चाहिए, उपकार करना ही चाहिए।

(१५)

घर पर आये भिक्षुक को यदि आप कुछ देना उचित नहीं समझते तो उसे कटु शब्दो से सम्बोधित न करो। अपने कुछ न देने की बात उसे नम्रता पूर्वक मीठे शब्दों मे कहो। "आगे बढो", "यहां कुछ नहीं है", "कारखाने मे काम देखो": "हट्टा कट्टा है, घास का गट्ठा वेचो", "क्या तेरे बाप का देना आता है?", "क्या कर्जा माँगता है" इत्यादि कठोर वचन मत कहो।

(१६)

पागल, वेहोश, कोढी, निर्बल, दीन, हीन, असहाय मनुष्यो को मत छेड़ो। दुखी को दुख पहुचाना नीच मनुष्यों का काम है।

(१७)

धार्मिक वाद-विवाद मे, पचायतियो मे, और दूसरी बातचीत मे

समय गुस्सा मत आने दो। ज़ोर-ज़ोर से मत बोलो, गाली गलौज़ न करने लग जाओ। असहिष्णुता अधर्म है और क्रोध भी पाप की जड़ है। सभ्यतापूर्वक बातचीत करो। धैर्य मत छोड़ो। लाजवाब होने पर चुप रहो। अण्टशण्ट बातें बकने की ग़लती न करो।

(१८)

दूसरे धर्म के अनुयायियों को घृणा की दृष्टि से मत देखो। उनके साथ भाई की तरह व्यवहार करो। धर्म अलग-अलग होने से मनुष्यता मत छोड़ो। धर्म मनुष्यता छोड़ने की आज्ञा नहीं देता। जिस धर्म के आप अनुयायी हों, उसीको सारा जगत माने यह कोई ज़रूरी बात नहीं है। जितने भी मतमतान्तर प्रचलित हैं, वे अच्छी बातों की नींव पर बने हैं। उनके प्रवर्त्तक हम साधारण मनुष्यों से उच्च थे। अतएव किसी भी मज़हब या मत-पंथ को बुरा न कहो। कोई भी ऐसा मत-पंथ नहीं जिसमें सभी अच्छी बातें हों या सभी बुरी हों। धर्म की प्रतिष्ठा उसके अनुयायियों से बढ़ती है। धर्म के ऊपरी आचरण में रहनेवाले धर्मान्ध ही दूसरे धर्मों के अनुयायियों से माथाफोड़ी के लिए तय्यार रहते हैं, किन्तु जो सच्चे धर्मानुयायी और धर्म के तत्वों को जानते हैं वे दूसरे धर्मों से घृणा नहीं करते। जिस धर्म के आप माननेवाले हैं उसे ही श्रेष्ठ मानकर, दूसरों को बुरा बताना या उनके प्रति घृणा प्रदर्शित करना ओछापन है।

(१९)

ब्राह्मण-धर्म से हीन होते हुए अपनेको ब्राह्मण कहना ग़लती है। ब्राह्मण-धर्म तलवार की धार के समान है। ब्राह्मण वह है जो

समाज का सब से अधिक विनम्र, स्वार्थरहित और अपने ज्ञान द्वारा सेवा करनेवाला है। वह अपनी पूजा से दूर भागता है। वह दान या भिक्षा नहीं माँगता। समाज उसे ब्राह्मणों की पूजा करने के लिए उसके पीछे दौड़ता है। सच्चे ब्राह्मण बनकर ही अपनेको ब्राह्मण कहो। ब्राह्मणोचित कर्मों से च्युत होकर अपनेको ब्राह्मण बतलाने की भूल न करो।

(२०)

क्षत्रिय, समाज की रक्षा करनेवाला एक सच्चा निस्पृह सैनिक है। वह क्षत्रिय, जो शराब-कबाब, वेश्या और भाँड-भडुओं में अपना समय और द्रव्य नष्ट करके अपनेको क्षत्रिय बताता है बिलकुल असत्य है। क्षत्रिय की सभ्यता राष्ट्र की रक्षा में है।

(२१)

देश की सम्पत्ति को बढ़ानेवाला ही वैश्य है। जो इसके विरुद्धाचरण करता है, वह वैश्य नहीं है। कृषि, पशुपालन, और व्यापार, वैश्य की सभ्यता है। जो वैश्य कृषकों का रक्त चूसते हैं, जो पशुओं के विनाश में सहायक होते हैं, और जो अपने देश का व्यापार चौपट करके विदेशों के व्यापार वृद्धि में सहायक होते हैं, जिन्हें व्यापार करते समय राष्ट्र के हानिलाभ का ध्यान या ज्ञान नहीं है, वे वैश्य नहीं हैं।

(२२)

शूद्र का धर्म सेवा है। जो सेवावृत्ति करता है वह शूद्र है। लेकिन सेवा करना कोई हीन कर्म नहीं है। अतः सेवा करनेवाले को अपने में हीन नहीं समझना चाहिए।

(२३)

शूद्रों के साथ अर्थात सेवकों के साथ बुरा व्यवहार करना बुरा है। शूद्र भी समाज के अंग हैं। जिस प्रकार किसी अंग के कटजाने से शरीर की शोभा नष्ट होजाती है, उसी तरह शूद्रों को समाज से पृथक मानने से समाज की शोभा भी नष्ट हो जावेगी। अतएव सभ्यता यही बताती है कि शूद्रों के साथ हमारा वैसा ही व्यवहार हो जैसा कि दूसरे वर्णों के साथ। क्योंकि राष्ट्र-परिवार में इनका भी स्थान है।

(२४)

जो व्यक्ति अपने आपको केवल ब्रह्मण, क्षत्रिय, वैश्य या शूद्र कुल में उत्पन्न होने से ही, ब्राह्मण क्षत्रिय वैश्य या शूद्र मान बैठता है वह गलती करता है। जिस वर्ण के गुण, कर्म और स्वभाव जिस व्यक्ति में हो उसे वही समझना चाहिए। गुण कर्म स्वभावानुसार व्यक्ति की पदप्रतिष्ठा न करना भूल है। महात्मा कबीर, वाल्मीकि, दादू, दयाल और रैदास आदि को जन्मना शूद्र आदि न मानते हुए महात्मा कोटि में मानकर उनकी इज्जत करना, भारतीय-सभ्यता हमें सिखा रही है।

(२५)

जो व्यक्ति ब्राह्मणों की तरह विद्या एवं ज्ञान प्राप्त नहीं करता; जो क्षत्रिय की भाँति अवसर आने पर धर्म, समाज, परिवार, स्त्रियों, बालकों की रक्षा नहीं करता; वैश्यों की भाँति जो देश के हानि लाभ को ध्यान में रखकर कार्य नहीं करता और जो देश की तथा पूज्य पुरुषों की सेवा के लिए शूद्र की तरह दौड़ नहीं पड़ता, वह असभ्य है।

(२६)

महापुरुषों का, विद्वानों का, समाज और देश के शुभचिन्तक सेवकों का कभी भी निरादर मत करो। इन्हीं के पुण्य-बल पर संसार चल रहा है। जब कभी ऐसे साधु पुरुषों के प्रति हृदय में ईर्ष्या या अनादर के भाव जागरित हों तब समझलो कि सभ्यता ने तुम्हें त्याग दिया है।

(२७)

विद्वत्ता और साधुता, एक दूसरे पर आश्रित नहीं है। किताबों में लिखी सामग्री रट लेने से या मस्तिष्क में किसी विषय को ठूँस लेने से कोई साधु नहीं होजाता। विद्वत्ता मस्तिष्क है तो साधुता मस्तिष्क और हृदय का पूर्ण विकास है। विद्वान भी नीच हो सकता है और अपठित भी साधु होसकता है। विद्या प्राप्त करके दूसरों पर यह सिद्ध करना कि "हम साधु हैं, सज्जन हैं" विद्या का अनादर करना है।

(२८)

केवल गेरुए वस्त्र पहिनलेने से, या सिर मुँडालेने से अथवा जटा रखलेने से कोई व्यक्ति साधु नहीं हो जाता। यह तो वह प्राचीन लिबास है जिसे हमारे प्राचीन त्यागी पुरुषों ने धारण किया था। आजकल जो गेरुए वस्त्र पहनते हैं वे सभी साधु नहीं हैं, और न साधारण दूसरे वस्त्र धारण करनेवाले सभी असाधु हैं। हृदय में साधुता न होते हुए साधुओं की-सी वेष भूषा धारण करना, ढोंग और पाखण्ड बनाकर अपनी साधुता का सार्टीफिकेट पेशकरना लोगों को धोखा देना है।

(२९)

इन रँगे सियारों के तुल्य साधुओं और संन्यासियों का आदर करना, उन्हें भोजन वस्त्र देकर तुष्ट करना ग़लती है। हिन्दू शास्त्रों में अतिथ्य, सत्कार और दान का महात्म्य वर्णित है किन्तु पात्रापात्र का ध्यान न रखकर जो अतिथि-सत्कार और दान आदि कार्य करता है वह बड़ी भारी भूल करता है। बिना पात्रापात्र का विचार किये अतिथि को दान देने की दूषित विधि ने ही देश में आलसी भिखमङ्गों की वृद्धि की है। इसका परिणाम जो होना चाहिए वही हुआ भी। लिखा है—

"अपूज्या यत्र पूज्यन्ते पूजार्हाच व्यतिक्रमः।
त्रीणि तत्र भविष्यन्ति दुर्भिक्षं मरणं भयम्॥"

अर्थात्—जहाँ अपूज्यों का आदर और पूज्यों का निरादर होता है, वहाँ दुर्भिक्ष, अकालमृत्यु, और भय का दौर-दौरा बना रहता है। हम इतने नासमझ हो गये हैं कि आगापीछा कुछ न सोचकर मूर्खों और आलसियों की केवल ऊपरी वेशभूषा पर से पूजा करते हैं। उसका वह आदर होता है कि किसी भले आदमी का भी नहीं होता। जब मूर्ख और दुष्टों का भी सम्मान होता है तब ज्ञानी और सज्जन होने की आवश्यकता ही क्या रह जाती है।

(३०)

गाँवों में या बड़े शहरों में पूजास्थान (मंदिर, मसजिद) अधिक नहीं बनवाना चाहिए। क्योंकि उपासना के लिए सारे गाँव में एक दो ही स्थल निश्चत होना ठीक है। क्योंकि मन्दिर या मसजिद

आदि या तो एक पार्टी या गुट्ट अपना अलग बनवाता है या कोई धनी कीर्ति और धर्मलाभ के लिए तय्यार कराता है। ये दोनों ही भूल में है। धन का सदुपयोग केवल मंदिर या मसजिद बना देने मे ही नहीं हो जाता। मंदिरों के अलावा बहुत से सार्वजनिक तथा लोकोपकारी कामों मे धन का उपयोग हो सकता है।

(३१)

बहुतरे पैसेवाले, अपना नाम कमाने के लिए नये मंदिर बनवाते है। ऐसा करना बहुत अच्छा नहीं है। यह तो दम्भ है। इससे न तो समाज में भक्ति की वृद्धि होती है और न दानी को मुक्ति का मार्ग ही मिलता है। ऐसे लोगो के बनाये मंदिर उनके मरजाने पर प्राय अपूज्य होते देखगये हैं।

(३२)

धर्म नामक तत्व, मंदिरों मसजिदो और गिर्जों मे निवास नहीं करता। वह तो हृदय की वस्तु है। जिस हृदय मे पवित्रता है वही धर्मदेव का निवास है। धर्म एक देशीय है या किसी व्यक्ति विशेष की वस्तु है, ऐसा सिद्ध करनेवाले और माननेवाले मूर्खों की दुनिया मे रहते हैं।

(३३)

धर्म के नाम पर धन बटोरना और फिर सत्कार्यों मे खर्च न करना धन देनेवालों को साफ धोखा देना है। जो लोग धर्म के नाम पर कुछ लेते हैं, उन्हे उसका व्यय परोपकार मे ही करना चाहिए। धर्मस्थानों के सचालक जैसे पुजारी, मठाधीश, महन्त,

काजी, मुल्ला या पादरी आदि का कर्तव्य है कि धर्म के नाम पर उनको जो दान मिलता है उसका उपयोग केवल लोकोपकारी कार्यों तथा ऐसे ही अन्य अच्छे कामों में ही व्यय करना चाहिए।

(३४)

धर्मस्थानों के आसपास किसी प्रकार का शोरोगुल करना बुरी बात है। इसी तरह उनके आसपास गन्दगी फैलाना या और दूसरे कुकृत्य करना असभ्यता है। धर्मस्थानों के वे अधिकारी बुरा करते हैं जो उन स्थानों को अपने निजी व्यवहार में लाते हैं। सार्वजनिक जगह किसी व्यक्ति विशेष का निवास स्थान नहीं होना चाहिए।

(३५)

धर्म के नाम पर एक दूसरे मत-पंथ के लोगों का आपस में झगड़ा करना जंगलीपन है। जो सभ्य कहलाते हैं वे धर्म के नाम पर कदापि लड़ाई खड़ी नहीं करते। मूर्खों ने धर्म का दायरा संकुचित कर दिया है यही कारण है कि आए दिन हमारे देश में मंदिर और मस्जिद के मसले को लेकर सैंकड़ों लोग लड़ मरते हैं। वह धर्म ही नहीं जो एक दूसरे से लड़ने और मारपीट करने की आज्ञा दे। धर्म के बहाने मनुष्य जाति का खून बहाना असभ्यता है। वह धर्म नहीं अधर्म है जो एक भाई पर दूसरे भाई को हाथ उठाने की आज्ञा देता है।

(३६)

यह कितनी असभ्यता है कि मंदिर के शंख और घण्टे-घड़ियाल की ध्वनि से मसजिद के सर्वव्यापी अल्लाह नाराज़ होजाते हैं और मसजिद में की "अल्लाहो अकबर" की ध्वनि से भगवान क्षीरसागर

की ओर पलायान कर जाते हैं। हिन्दुओं के धार्मिक भावों की रक्षा के लिए ताजिये नहीं सरक सकते और मुसलमानों के धार्मिक कार्य में अड़नेवाले वृक्ष की टहनी नहीं तोड़ सकते। इस प्रकार के हठ और दुराग्रह को सभ्यता नहीं कहा जा सकता। इस धर्माडम्बर से देश को हानि होरही है। दोनों की असभ्यता, दोनों ही के गले की छुरी बनगई है।

"हिन्दू वा मुस्लिम एक हैं दोनों—
यानी ये दोनों एशियाई हैं।
हम वतन, हमजुबानोहम किस्मत—
क्यों न कह दूँ कि भाई-भाई हैं।"

— अकबर

(३७)

मूर्ते मन्दिरों की प्रतिमाओं पर, कबरों पर तथा किसीके धार्मिक चिन्हों पर, थूकना, पेशाब करना, धूल फेंकना, पत्थर मारना तथा किसी अन्य भाँति उन्हें अपमानित करना पशुता है। और वह पशु से भी आगे है जो उन्हें नष्ट-भ्रष्ट करता है।

(३८)

आर्य-सभ्यता ने हमें सोलह संस्कार सिखाये हैं जो हमें सभ्य बनाने के लिए पर्याप्त हैं। इनसे विमुख होकर ही हिन्दुओं ने सभ्यता को खोया है। जो अपनी खोई सभ्यता प्राप्त करना चाहते हैं, उन्हें प्राचीन संस्कारों से प्रेम करना चाहिए। जीवन में जितने संस्कारों का समय बीत गया उन्हें छोड़कर जितने बाकी हों उन्हीं संस्कारों से

अपनेको संस्कृत करना चाहिए। संस्कार सभ्यता की जड़ है। यह बात सदैव ध्यान में रखो।

(३९)

आप जिस प्रतिमा, चित्र, धर्म ग्रन्थ या ऐसे ही किसी दूसरे धार्मिक चिन्ह के माननेवाले नहीं हैं—उसका अपमान मत करो। जब उसे आप कुछ समझते ही नहीं, तो अपमान किसका ? यदि आप उसका अपमान करते हैं तो यह सिद्ध हो जावेगा कि आप उसे कुछ न कुछ समझते अवश्य हैं। मूर्त्ति को न माननेवाला व्यक्ति यदि मूर्ति को तोड़ता है तो यह स्वयं सिद्ध है कि वह उसे मानता था। क़बरों पर अश्रद्धा रखनेवाला व्यक्ति यदि क़बर को नष्ट करने पर उतारु है तो समझ लो कि वह क़बर को मानता था। दूसरों के धार्मिक चिन्हों का अपमान करनेवाला व्यक्ति असभ्य ही नहीं महान् नीच है। ऐसा व्यक्ति समाज में उच्छृंखलता और उद्दण्डता उत्पन्न करता है। कुरान वग़ैरः धार्मिक पुस्तकें जब शिवाजी को प्राप्त हुईं तो उस आर्य-सभ्यता के पुजारी ने उनका उसी प्रकार मान किया जिस प्रकार अपने धर्म-ग्रंथों का किया जाता था। यह भारतीय-सभ्यता का उच्चतम उदाहरण है।

(४०)

सूर्योदय के बाद सोते पड़े रहना आलसीपन है। हमारी सभ्यता ब्राह्ममुहूर्त्त में उठने की आज्ञा देती है। मनु ने कहा है "ब्राह्मे मुहूर्त्ते बुध्येत।" सूर्योदय के डेढ़ या दो घण्टा पहले उठना अच्छा है। जो लोग इतनी जल्दी न उठ सकें उनको चाहिए कि वे बिना भूले सूर्योदय के पूर्व बिछौना छोड़ दें।

(४१)

यदि जान बूझकर सोते-सोते सूर्य उदय हो जावे तो, आर्य-सभ्यता उसे दिन भर उपवास करने की सजा का विधान करती है—

"तच्चेदभ्युद्यात्सूर्यं शयान कामचारत ।
निम्लो चेद्वाप्य विज्ञानाज्जपन्नुपवसेदिनम् ॥"

(४२)

जिनका उपनयन संस्कार हुआ हो, और जनेऊ पहने हो उन्हें मलमूत्र त्यागते समय अपना यज्ञोपवित कान पर इतना लपेट लेना चाहिए कि वह नाभिस्थान से ऊँचा हो जावे । जब तक हाथ शुद्ध न कर लिए जावें जनेऊ को छूना नहीं चाहिए ।

(४३)

आर्य-सभ्यता प्रत्येक ब्राह्मण, क्षत्रिय और वैश्य कहलानेवाले को जनेऊ धारण करने के लिए बड़ा जोर देती है । अतएव उक्त तीनों वर्णों को यज्ञोपवित अवश्य पहनना चाहिए । जो द्विज जनेऊ नहीं पहनता वह अपने एक महान कर्त्तव्य कर्म से अछूता रहता है ।

(४४)

और जनेऊ पहिनाकर जो द्विज (ब्राह्मण, क्षत्रिय, वैश्य) तदनुकूल आचरण नहीं करता वह अपने कर्त्तव्य-कर्म से विमुख रहता है ।

(४५)

चित्त को पवित्र रखने से अच्छे संस्कार की वृद्धि होती है । अपवित्र मन मनुष्य को कुपथगामी बनाता है । मन की पवित्रता के लिए सत्य-भाषण और अहिंसा मुख्य साधन है । परमात्मा की

उपासना से अंतःकरण शुद्ध होता है, इसलिए २४ घण्टों में कम-से-कम एक बार सन्ध्या, नमाज़ प्रार्थना, अवश्य करना चाहिए।

(४६)

सभ्यता और असभ्यता का अपने विचारों से घनिष्ठ सम्बन्ध है। विचारों का पिता मन है; अतएव सभ्य बनने के लिए मन को अच्छे कार्यों की ओर प्रेरित करना चाहिए। हमेशा ध्यान रखो

"मे मनः शिव संकल्पमस्तु।"

(४७)

वैदिक सभ्यता, इस पृथ्वी की समस्त अन्य देशीय सभ्यताओं से उच्च है। वैदिक सभ्यता को विदेशी लोगों ने भी उच्च सभ्यता माना है। हमारी प्राचीन सभ्यता का सिक्का सारी पृथ्वी पर जम चुका है। इसलिए वेदों का स्वाध्याय हमें सभ्यता के उच्चतम शिखर पर पहुँचाने में पूर्ण सहायक बन सकता है।

(४८)

शुभ आचार, शुभ विचार और शुभ उच्चार मनुष्य को सुशील बनाने के लिए काफ़ी हैं। अर्थात् मन वचन और कर्म की पवित्रता एवं महानता मनुष्य को सभ्यता का मार्ग दिखाती है। अशिव, अशुभ और अभद्र विचारों को मन से दूर करना चाहिए। ये मनुष्य को अभद्र बनाते हैं।

(४९)

क्रोध कभी नहीं करना चाहिए। धार्मिक एवं सामाजिक दृष्टि से क्रोध बुरी बात है। यह मनुष्य का भयानक शत्रु है। षड् रिपुओं में

से एक है। इसका वेग मनुष्य को पशु से भी पतित बना देता है। क्रोध मे धर्माधर्म का भले-बुरे का, हिताहित का कुछ भी ज्ञान नहीं रह जाता। इसलिए क्रोध करना अच्छी बात नहीं है।

"क्रोध पाप कर मूल।" —तुलसी

(५०)

इन्द्रिय लोलुप व्यक्ति कदापि सभ्य नहीं बन सकता। क्योंकि वह दूसरों का गुलाम होता है। जो एक का नहीं बल्कि अनेक का दास हो वह कुछ भी नहीं कर सकता। अतएव सभ्यता की प्राप्ति के लिए इन्द्रिय-निग्रह आवश्यक है। मनुष्य को इन्द्रियों का दास न रहकर इन्द्रियों को अपना दास बनाना चाहिए।

(५१)

मुह से अच्छे शब्द बोलो, भूलकर भी गालियाँ अथवा कटु वचन न निकल, कानों से अच्छी बात सुनो, बुरी बातों को भूलकर भी न सुनो। आँखें सदैव उत्तम कार्य और उत्तम दृश्यों को ही देखें, मन सदैव अच्छे कार्यों की ओर लगे, शरीर से सभी सत्कार्य हों अर्थात् हमारे चारों ओर सत्-चित् और आनन्द का वातावरण हो। यही सभ्यता की महान् कुंजी है।

२

नैतिक व्यवहार

"भारतीय सभ्यता की प्रवृत्ति नीति दृढ़ करने की ओर है। पाश्चात्य सभ्यता का झुकाव अनीति दृढ़ करने की ओर है।"

—महात्मा गान्धी

(१)

किसी ऐसे स्थान में, जिसके चारों ओर दीवार, या अन्य किसी प्रकार की आड़ या तारों का फेन्सिग हो तो रास्ता छोड़कर किसी अन्य मार्ग से मत घुसो। दीवार फाँदकर अन्दर घुसना, बागड़ तोड़कर प्रवेश करना, या तारों में से सिर डालकर भीतर चले जाना असभ्यता है।

"अद्वारेणच नातीयाद्ग्रामं वा वेश्ममावृतम्।"

(२)

ऐसे स्थानों में, जिनके चारों ओर दीवार या बागड़ हो, द्वार से अन्दर प्रवेश करने के लिए स्थान के मालिक से आज्ञा प्राप्त करलो। बिना आज्ञा लिए भीतर मत जाओ

(३)

सड़कों पर, जहाँ लोग चलते फिरते हो, जोर से कहकहा लगाकर हसना बुरा है। ऐसी हँसी हसनेवाले को लोग बेहूदा समझते हैं।

(४)

बसुरी, कर्ण कर्कश हँसी नहीं होनी चाहिए। जहाँतक होसके हँसते समय किसी तरह का भी शब्द न होने दो। सभ्य लोग बहुत जोर की हँसी आने पर भी यथा सभव बुरा शब्द नहीं होने देते।

(५)

रेलघर तारघर, डाकघर, नाटकघर, सिनेमाघर सभाभवन, पुस्तकालय, कारखाने आदि सार्वजनिक स्थानों पर लगाये हुए नोटिसो को पहले पढ़लो, और सूचनाओं के विरुद्ध व्यवहार न करो।

(६)

जिस स्थान मे प्रवेश करने के लिए, किसी प्रकार की सूचना हो उसके अनुसार आचरण करना चाहिए। अन्दर जाने के लिए निषेधात्मक कोई चिन्ह जैसे लाल झण्डी, लाल बोर्ड, या लाल रंग का लालटेन, अथवा रोकने के लिए कोई वाक्य जैसे "No admission" "अन्दर मत आओ" लिखा हो तो भूलकर भी अन्दर मत जाओ। जो जाता है वह नियमभग करता है।

(७)

कई दूकानदार अपनी दूकानों पर "एक भाव" 'Fixed rate' "उधार न माँगिए" "आज नकद कल उधार" आदि वाक्य लगा देते हैं, परन्तु अक्सर वे अपनी इन बातों का पालन नहीं करते। जिसे उधार

देना नहीं चाहते उसे वह बोर्ड दिखला देते हैं, बाकी उधार देते लेते रहते हैं। यही हालत "एक भाव" की होती है। इसकी ओट में लोगों को खूब ठगते हैं। यह धोखा है। जो कुछ भी नियम बनाए जावें, पहले खुद उनका पालन करो तब दूसरे करेंगे।

(८)

वे लोग भी असभ्य हैं जो दूकानदारों के यहाँ "एक भाव" Fixed rate लिखा देखकर भी क़ीमत घटाने-बढ़ाने की बात छेड़ देते हैं। सभ्यता ऐसा करने से मना करती है। कीमत मालूम करने के बाद यदि ठीक समझें तो उस वस्तु को दाम देकर लेलो अन्यथा मूल्य घटाने की बात ही न उठाओ और उसे "धन्यवाद" देकर चले जाओ। इसी तरह जहाँ उधार न देने की सूचना हो वहाँ से कभी उधार न माँगो। भले ही आप उसके कितने ही मित्र क्यों न हों, या आप कितनी ही आवश्यकता में क्यों न हों।

(९)

कई सभ्य पठित गृहस्थियों के घरों में कुछ उनकी प्राइवेट सूचनाएँ आगन्तुक लोगों के लिए होती हैं जैसे "जूते अन्दर न लावें" इत्यादि। ऐसी सूचनाओं का पालन अवश्य करें।

(१०)

किसी समाज-संस्था, सभा-सोसाइटी में शामिल होने के पहले उसके नियमों को अच्छी तरह जान लो और तदनुकूल आचरण कर सको तो उसमें सम्मिलित हो अन्यथा दूर रहो।

(११)

ऐसे भीड़ भड़क्के में जिस भीड़ को कोई हटा रहा हो या दबा रहा हो, उसमें फिर उसी ओर जिधर से हटाए गए हों जाना या जाने की चेष्टा करना असभ्यता है।

(१२)

ऐसे खेल तमाशों में जहाँ भीड़ हो, वहाँ का प्रबन्धक यदि उठने बैठने की प्रार्थना करे तो बिना किसी विलम्ब के उसकी आज्ञा का पालन करो। यदि आज्ञा पालन करना ठीक न समझते हों तो उसकी आज्ञा का बिना विरोध किये उस स्थान से अलग हो जाओ।

(१३)

किसी सभा-सोसाइटी या खेल-तमाशे में जो स्थान जिसके लिए नियुक्त हो उसे वहीं बैठना चाहिए। जान-बूझकर नियम का उल्लंघन करना असभ्यता है। यदि भूल से आपके द्वारा कोई नियम टूटा हो तो उसके लिए क्षमा मांगकर अपनी गलती तत्काल दुरुस्त करलें।

(१४)

एक बार अपने मुँह से चलने के लिए कहकर, फिर वहां ठहरकर बातें न करो। जो कुछ कहा है उसका पालन करो। जब अपनी बात को आप ही पूरी न करोगे तब दूसरे से आप कैसे पूरी करने की आशा कर सकते हैं ?

(१५)

रास्ते चलते हुए अपने मित्र को बुलाकर उससे बातें करने लगना बुरी बात है। उससे बातें करने के पूर्व यह जानलो कि उसे कोई

जरूरी काम तो नहीं हैं ? वह आपसे बातचीत करने के लिए समय देने को तय्यार है या नहीं ?

(१६)

किसी भी मिलनेवाले के घर व्यर्थ पहुँचकर उसका समय बर्बाद न करो। आपके पास समय फालतू है तो इसका यह अर्थ नहीं है सभी लोगों के पास फालतू है। किसी भले आदमी के यहाँ, जिसे फुर्सत कम मिलती हो धरना देकर फिजूल बैठे रहना या उससे बातें करना असभ्यता है।

(१७)

कुए आदि जलाशयों पर जूते पहने हुए नहीं जाना चाहिए। खास करके पनघट का तो बहुत ही ध्यान रखना चाहिए। ऐसे सार्वजनिक स्थानों पर ऐसा और भी कोई काम न करो जिससे वहाँ गन्दगी फैले, दूसरे लोगों को कष्ट हो या किसी प्रकार की असुविधा हो।

(१८)

पवित्र स्थानों में जूते वगैरः पहने नहीं जाना चाहिए। भले हो आप उस स्थान की इज्जत करते हों या नहीं। यावनी सभ्यता, रोज़े, मकबरे, और मसजिदों में पाँवों में जूते पहने हुए जाने से रोकती है। हाँ, हाथों में जूतियाँ लेकर आप सर्वत्र घूम फिर सकते हैं। आर्य-सभ्यता में यह बात नहीं है। जूतियां दूर रखकर हिन्दुओं के पवित्र स्थानों में घूमा फिरा जा सकता है। ईसाइयों के पवित्र स्थानों में आप जूते पहनकर जा सकते हैं, लेकिन टोपी उतारनी पड़ती है।

(१९)

प्राय देखा जाता है कि कई स्थानों मे, जैसे म्यूज़ियम, कोर्ट आदि मे अग्रजी ढग के जूते, बूट वगैर पहिनकर जानेवालों के लिए कोई रोक-टोक नही होती, और भारतीय ढंग की जूतियाँ पहनकर जानेवालो को रोका जाता है और उनकी जूतियाँ निकलवालेने के बाद ही उन्हे अन्दर जाने दिया जाता है, यह सभ्यताभिमानी लोगो द्वारा होनेवाली असभ्यता है।

(२०)

कई स्थानों मे जूतों की भाँति ही मोजे पहन कर भी जाना मना है। इस लिए यदि पवित्रस्थानों को आदर देने के लिए जूते उतारे जावें तो मोज़ों भी निकालदेना चाहिए।

(२१)

देवमन्दिरों मे प्रवेश करने के पूर्व जूते, मोजे, लकडी, छाता वगैरः चीजें मंदिर के बाहर ही छोड देनी चाहिए।

(२२)

जूते खोलने मे यदि हाथों की सहायता ली गई हो तो हाथों को धोडालना चाहिए। आजकल लोगों मे यह बात देखने मे आती है कि बिना किसी झिझक या घृणा के जूतों को हाथ में उठाकर पैरों मे पहन लेते हैं। जिस जगह रखे हों वहाँ से उठाकर दूसरी जगह पहनते है। ये सभी बाते भारतीय-सभ्यता के विरुद्ध है।

(२३)

रेलगाडी मे अथवा ऐसी ही दूसरी सवारियों मे जिनमे बिना

किराया दिये नहीं बैठने दिया जाता, मुफ्त में बैठकर जाना या बैठने का प्रयत्न करना एक प्रकार से चोरी है।

(२४)

ऐसे स्थान या सवारियाँ जिनमें पैसे देकर प्रवेश किया जाता हो, बिना पैसे दिये नहीं घुसनी चाहिए और जिस दर्जे का टिकट लिया हो या किराया चुकाया हो उसी दर्जे में बैठना चाहिए। ऊँचे दर्जे में बिना उतना पैसा दिये बैठना, या बैठने की चेष्टा करना भी चोरी है।

(२५)

किसी पाठशाला में पहुँचकर पढ़ानेवाले अध्यापक से अकारण ही बहुत देर तक बातचीत करना अनुचित है। विद्यार्थियों को पढ़ाते समय अध्यापक से इधर-उधर की बातें लड़ानेवाला व्यक्ति, और ऐसे गप्पी मनुष्य के साथ बातें करनेवाला अध्यापक-दोनों असभ्य हैं। जो काम पत्र द्वारा हो सकता है उसके लिए अध्यापक के पास पहुँचकर उसका समय न बर्बाद करो।

(२६)

तलाबों, नदियों, कुओं, बावलियों और ऐसे ही अन्यान्य जलाशयों में कचरा कूड़ा, लकड़ी, कंकर, पत्थर, धूल मिट्टी वगैरः न डालो।

(२७)

किसी दूसरे की खोई हुई वस्तु दैवयोग से यदि आपको मिलजाय तो उसके मालिक का पता लगाकर उसे लौटा दो। यदि उसके मालिक का पता न लग सके तो उस वस्तु को अपने पास मत रखो। उसे किसी ऐसे

सार्वजनिक उपयोगी संस्था के सिपुर्द करदो या किसी सरकारी दफ्तर मे जमा करदो जहाँ से उसका मालिक पता लगने पर प्राप्त कर सके।

(२८)

यदि आप किसीके मकान मे घुस गये हो और अन्दर जाने पर मालूम हो कि मकान मे कोई नही है—सूना पडा है तो ऐसी हालतमे वहा से तब तक न लौटो जबतक कि कोई आदमी वहाँ न आजावे। अथवा अन्दर पहुचकर ऐसा कोई शब्द करदो जिससे आपका आना सूचित हो जावे।

(२९)

किसी के मकान मे घुसने के पूर्व मकान-मालिक से अन्दर घुसने की आज्ञा प्राप्त करो, बाद मे प्रवेश करो। बिना पूछे-ताछे अधा-धुन्ध अल्हड़ की तरह घुसते चलेजाना असभ्यता है।

(३०)

किसीके घर मे पहुचकर या बैठ बातें करते समय यदि किसी दर्वाजे पर पर्दा वगैरः लटक रहा हो तो उस ओर घूरकर मत देखो। यदि उस ओर दृष्टि साधारणतया चली भी जावे तो तत्काल हटालो। पर्दे और चिक वगैर प्राय. घरो के अन्दर वहीं लगाए जाते है जहाँ स्त्रियों का आनाजाना रहता है।

(३१)

यह मालूम होने पर कि घर के अमुक भाग मे स्त्रियाँ रहती है, उधर से आँखे हटालो, मुहँ फेरलो या उधर पीठ करके बैठ जाओ।

(३२)

कथा, उपदेश व्याख्यान वगैरः जहाँ होरहे हों, वहाँ जानबूझकर या अनजाने किसी प्रकार का शोर-गुल मचाना,अथवा गाना-बजाना, नासमझों का काम है।

(३३)

जहाँ कथा, उपदेश, व्याख्यान, ज्ञानचर्चा हो रही हो वहाँ बातचीत करना, या कानाफूसी करना असभ्यता है। सभ्य लोग चुपचाप बैठे सुनते हैं।

(३४)

किसी बात को बिना सोचे विचारे मुहँ से मत निकालो। जो बात कही जाय उसे निष्फल न जाने दो। अर्थात् ऐसी बात न कहो जो व्यर्थ हो। जो लोग बढ़कर बातें बनाया करते हैं उनकी बातें पूरी नहीं पड़तीं अतएव अपनी धारणा से सदैव कम बातें कहने में ही हित है।

(३५)

दुष्ट पुरुषों, तथा हलके विचारवाले लोगों की नौकरी न करो। यदि नौकरी ही करना है, तो शिष्ट, उदार, विद्वान, धार्मिक, सदाचारी और कुलीन मनुष्यों की ही करो।

(३६)

नीच हृदय मनुष्यों से दूर रहो। ये बड़े ही भयानक और घातक होते हैं। स्वार्थ तक ही ये साथी रहते हैं। इनका अन्तः करण अत्यन्त कलुषित और कमीना होता है। दुष्टों के साथ रहने से

ही मनुष्य असभ्य होजाता है। तुलसीदासजी ने तो यहाँतक कह दिया—

"दुष्टसंग जनि देहु विधाता—
याते भलो नरक कर वासा।"

(३७)

गधे, कुत्ते, गऊ, बैल, भैंस आदि की सवारी न करो। मनु ने कहा है:—

"गवाश्वयान पृष्ठेन सर्वथैव विगर्हितम।"

(३८)

नदी के किनारे, ताल के किनारे, कुए या बावली के पास, रास्ते में या रास्ते के पास, फल-फूलवाले वृक्षों के नीचे, सूने घर में, पुराने खण्डहरों में, श्मशान में और दूसरे पवित्र स्थानों में भूलकर भी पाखाना पेशाब न जाओ।

(३९)

कहीं भी प्रवेश करने के पूर्व, यदि वहाँ कुछ लिखा हो तो उसे पढ़ो। यदि उसके किसी नियम में आप आते हों तो उसका अच्छी प्रकार पालन करो, अन्यथा आगे मत बढ़ो।

(४०)

किसी अजायब घर, म्यूजियम, अथवा कल कारखाने को देखने की इच्छा हो तो, पहले उन स्थानों के नियमों को जानलो। तत्पश्चात् प्रवेश करो। ऐसे स्थानों के नियम प्रायः प्रवेशद्वार पर लगे रहते हैं। या वहाँ के 'ऑफिस' से मालूम किये जा सकते हैं।

(४१)

जो मनुष्य सभ्य होना चाहता है, उसे अपने खुद के दोषों को हमेशा देखते रहना चाहिए और उन्हें हटाने का प्रयत्न करते रहना चाहिए। जो ऐसा नहीं करते वे असभ्य हो जाते हैं। अपने ऐबों का दण्ड अपने आप लेना चाहिए। जो लोग दूसरों को सभ्य बनाना चाहते हैं उन्हें स्वयं सभ्य बनना चाहिए। खुद की आत्मशुद्धि से संसार स्वयं सुधर जायगा।

(४२)

तरुण पुरुष को चाहिए कि युवतियों को और बालिकाओं को पढ़ाने का काम अपने हाथ में कदापि न ले। शास्त्र इस ओर से बहुत सतर्क हैं। उन्होंने जवान माता और पुत्र को तथा भाई और बहिन को भी एकान्त में बातें करने से मना किया है।

(४३)

जो मर रहा हो,या मर चुका हो उसका या उसके शव का किसी प्रकार अपमान न करो। बल्कि सभ्यता यह है, कि उस समय उसके साथ उत्तम से उत्तम व्यवहार करो।

(४४)

दुःख में, या आपत्ति में फँसे हुए अपने शत्रु को भी मत सताओ। बल्कि ऐसे समय में यथासंभव सच्चे मन से जो भी सहायता आप उसकी कर सकते हों करो।

(४५)

फूलों को देखकर सभी का जी उनको तोड़ने के लिए ललचा

जाता है। परन्तु क्या उनका यह सदुपयोग है ? फूल तो वृक्ष में ही भले मालूम होते हैं। अनावश्यक उन्हें तोड़कर, उनके अधिक दिनतक स्थायी रहनेवाले सौन्दर्य को शीघ्र ही नष्ट न करो।

(४६)

सड़कों के आसपास, अथवा बागीचों में लगे हुए वृक्षों के पत्तों को बेंत छड़ी आदि से अपनी चञ्चलता का शिकार न बनाओ। और न ऐसे सार्वजनिक स्थानों के वृक्षों से दतौन आदि तोड़कर उनकी शोभा ही नष्ट करो।

(४७)

अपढ़ मनुष्यों को देखकर उनका निरादर मत करो। सभ्यता की कसौटी अक्षर-ज्ञान नहीं बल्कि सदाचार है। आप देखेंगे कि कितने ही अपढ़ मनुष्य बड़े ही सभ्य और शीलगुण-सम्पन्न होते हैं, और कितने ही पढ़ लिखे अभिमानी और असभ्य। इसलिए सभी से आदर एवं सभ्यतापूर्वक व्यवहार करना चाहिए।

(४८)

चोरी, व्यभिचार, जुआ, ठगी, फूट, कपट,आदि निन्द्य कार्य देश की सभ्यता को कलङ्कित कर देते हैं। अतएव इन दुष्कर्मों से प्रत्येक मनुष्य को बचना चाहिए।

(४९)

बच्चों को चाहिए कि वे अपने घर की कोई वस्तु कभी भी न चुरावें, वर्ना आगे चलकर चोरी की आदत पड़ जावेगी। जो आदत छुटपन में पड़जाती है वह बड़े होने पर शायद ही छूटती है। ऐसे

चुराकर मिठाई खाने या चाट खाने की यदि बचपन में लत पड़गई तो बड़े होने पर भी चटोरापन नहीं जावेगा। यदि बड़े होने पर आमदनी कम हुई तो अपनी आदत के अनुसार चोरी करके दोने चाटोगे। चोरी न की तो जुआ वगैरः दूसरे पापकर्मों द्वारा पैसा प्राप्त करने की कोशिश करोगे। इसतरह पूरे असभ्य बन जाओगे। इसलिए बचपन से ही किसी तरह की खराब आदत मत डालो।

(५०)

ऊपरी तड़क-भड़क की अपेक्षा भीतरी सद्गुणों को बढ़ाने से ही मनुष्य सभ्य बनता है। 'अपटू डेट' फैशन देखकर शेर की खाल में गदहे की तरह कोई थोड़ी देर के लिए अपनेको सभ्य मान सकता है। परन्तु सद्गुणों का सिक्का हमेशा के लिए जम जाता है। अतः सच्चे सभ्य बनने के लिए अपनेमें गुणों की वृद्धि करना चाहिए। वे मूर्ख हैं जो वेशभूषा से अपनेको सभ्य सिद्ध करने की चेष्टा में रहते हैं।

(५१)

कभी बेकार न बैठो। उपयोगी कार्य करते रहो। बेकारी मनुष्य को असभ्य बनाती है। बेकार राजा भी अपमानित होता है। अपने पुरुषार्थ का सदुपयोग करो। अपना यह नियम बनालो कि जिस काम में हाथ डाला जाय उसे पूरा ही करके छोड़ा जाय। अधूरे अधूरे काम करना असभ्यता है। सौ काम अधूरे करने की अपेक्षा एक काम पूरा करनेवाला व्यक्ति श्रेष्ठ है।

(५२)

क़सम खाने की आदत भूलकर मत डालो। तेरी क़सम, गंगामाई

की सौगन्ध, राम दोहाई, मेरे गले की क़सम, खुदा की कसम, कलाम की पाक की कसम, इत्यादि कसमें खाने की आदत डालना बुरी बात है। इसी प्रकार किसी से बातचीत करते समय "सच मानिए", "मैं सच कहता हूं" इत्यादि वाक्यों का प्रयोग करना भी ठीक नहीं है।

(५३)

मनुष्य को अपना व्यवहार और बातचीत का ढंग ऐसा रखना चाहिए कि सत्यता की दुहाई देने की अथवा कसमें खाने की जरूरत ही न पड़े। जो लोग हमेशा सत्य बोलने का ध्यान रखते हैं उनकी बातों पर सभी लोग विश्वास करते हैं। सत्यवादी सभ्य होते हैं, और मिथ्यावादी असभ्य।

(५४)

जिनके पास सत्ता है, उन्हें अपने अधिकारों का दुरुपयोग करके असभ्यता नहीं प्रदर्शित करनी चाहिए। सत्ता का उपयोग किसीके नाश के लिए करना असभ्यता और रक्षा के लिए करना सभ्यता है। जिनके कारण सत्ताधीश बने हों उन्हीं पर प्रहार करना नितान्त असभ्यता है। सत्ता पाकर कई लोग इतरा जाते हैं और उसका दुरुपयोग करने लगते हैं। सभ्य वही है जो सत्ता पाकर भी अपनेको जनता का क्षुद्र सेवक समझता है।

"नमन्ति सफला वृक्षा नमन्ति सुजना जना।
शुष्क काष्ठश्च मूर्खश्च न नमन्ति कदाचन।"

(५५)

यदि आप सरकारी कर्मचारी हैं तो व्यर्थ ही, किसीके दबाव

से अथवा अपनी इच्छा से किसी पर जुल्म न करो। केवल पेट भरने के लिए मनुष्य, मनुष्य पर जुल्म करे—अपने भाई को सतावे यह घोर अन्याय है।

(५६)

वे लोग तो और भी ज़्यादा असभ्य हैं जो रिश्वत लेकर न्याय-अन्याय—उचित-अनुचित कार्य करते हैं, पैसों के लोभ में पड़कर बुरे से बुरा काम करने पर उतारू होजाते हैं। बिना रिश्वत के किसीका काम नहीं करते। ये रिश्वतखोर कभी-कभी तो कुछ पैसों के लिए मनुष्य प्राणों की बाजी लगा देते हैं!

(५७)

कुए में, गड्ढे में, या रेल वगैरः सवारियों की खिड़कियों में से बाहर की तरफ टाँगे निकालकर कदापि मत बैठो।

(५८)

जब कभी किसीसे वादा करो तो उसको पालन करने के बारे में खूब सोच विचार लो। ऐसा वादा जिसे पूरा न किया जासके। कभी किसी से न करो। जो अपने वचनों का पालन करता है वही सभ्य है। जो वादा खिलाफी करता है वह मनुष्य नहीं कहा जा सकता। याद रखो—

"प्राण जाय वरु वचन न जाई।"

(५९)

समाज की सुविधा और सुव्यवस्था के लिए बनाए हुए नियमों का कभी मज़ाक न करो। इससे तुम्हारा छिछोरपन ज़ाहिर होता है,

और लोगों में उन नियमों पर से श्रद्धा उठजाती है, जिससे बड़ी ही अव्यवस्था उत्पन्न होने की संभावना रहती है।

(६०)

सड़क के किनारे के फलांगों, मीलों, तथा ऐसे ही दूसरे सूचनार्थ लगाए हुए चिन्हों अथवा बोर्डों को खराब मत करो। क्योंकि यह सब कुछ मनुष्य समाज के हित के लिए रक्खे गए हैं। ऐसे सार्वजनिक उपयोगी चिन्हों को बर्बाद करना या बिगाड़ना असभ्यता है।

(६१)

मुखसे गन्दे शब्द कभी न निकालो। गन्दी बातों के उच्चारण से समाज में गन्दे भावों की उत्पत्ति होती है। यह मौखिक गन्दगी, मानव-समाज के मानसिक और आध्यात्मिक स्वास्थ्य को नष्ट कर देती है। गन्दे वचनों का बड़ा ही भयानक प्रभाव होता है। भावी पीढ़ियों को भी इसका कुफल सहना पड़ता है। वह व्यक्ति कितना असभ्य है जो अपने कलुषित भावों को, दीवारों पर, धर्मशालाओं में, सरायों में, सूने स्थानों में, मंदिरों में, पाखानों में, रेल के डिब्बों में, लिखकर प्रकट करता है। ऐसी चेष्टाएं प्रायः मूर्ख और असभ्य लोग ही करते हैं। कुओं में, जलाशयों में, गन्दी और विषैली वस्तु डालनेवाले को दण्ड मिलता है, परन्तु ऐसे असभ्यों को कितना दण्ड मिलना चाहिए जो ऐसी कलुषित बात कहकर या लिखकर वातावरण को दूषित करता है और समाज में गन्दगी फैलाता है।

३

सामाजिक व्यवहार

"सभ्यता उस आचरण का नाम है, जिससे मनुष्य अपना कर्त्तव्य-पालन करता रहता है। नीति का पालन करना, अपने मन और इन्द्रियों को वश में रखना है। ऐसा करने से हम अपने को पहचान सकते हैं। यही सभ्यता है, इसके विरुद्ध जो है वह असभ्यता है।"

—महात्मा गांधी

(१)

जब कोई व्यक्ति अपने घर आया हो, और उसके पास बैठने का अवसर आवे तो बैठने उठने की ओर विशेष ध्यान रखना चाहिए। हाथ पैर फैलाकर बेहूदे ढंग से कभी न बैठो। टाँगे फैलाकर, टाँग पर टाँग रखकर, पैरों में आँटी डालकर, बैठना बुरा है।

(२)

जब कोई अपनेसे बड़ा, इज्जतदार, विद्वान आदमी सामने बैठा हो तो इस ढंग से कभी न बैठो, जिसमें घमण्ड या हेकड़ी दिखाई

पड़े। पलथी लगाकर, एक पाँव की जाँघ पर दूसरे पैर का टखना रखकर बैठना असभ्यता है। अपने पूज्य और गुरुजनों के सामने इस ढंग से बैठो जिससे विनय और नम्रता मालूम पड़े।

(३)

अपनेसे बड़े, आदरणीय और विनय पुरुषों के आगे कभी उच्च स्थान पर न बैठो। इस बात का ध्यान घर के लोगों के साथ व्यवहार करते समय भी रखो। अर्थात घर के बुजुर्गों के सामने भी नीचे आसन पर बैठो।

(४)

जँभाई लेते समय अपना हाथ या रूमाल वगैरः अपने मुँह के सामने करलो और जंभाई के समय मुँह से किसी प्रकार की आवाज न करो। यदि बोलने की आदत ही हो तो कोई शुभ, पवित्र, एवं कर्णप्रिय शब्द का उच्चारण करना उचित है, जैसे "ओ३म्" "शान्तिः" इत्यादि। कई लोग जंभाई के समय चुटकियां बजाने लगते हैं। यह व्यर्थ सी आदत है।

(५)

छींकते समय भी नाक और मुंह के आगे रूमाल लगा लेना चाहिए। किसी आदमी या किसी वस्तु की ओर छींक देना असभ्यता है। छींकते समय मुँह से थूक वगैरः उड़ता है, अतएव इस बात का ध्यान रखो कि वह किसी व्यक्ति पर या किसी वस्तु पर न गिरने पावे। छींकते समय किसी प्रकार का कर्ण कटु शब्द न होने दो बल्कि किसी पवित्र, उत्तम अथवा शुभ वचन का प्रयोग करो।

कई लोग छींक के बाद "शतंजीव" वाक्य भी बोलते हैं। एक समय ऐसा रोग चला था कि मनुष्य छींकते-छींकते मरजाता था। तभी से "शतंजीव" का प्रयोग आरंभ हुआ। अब इसका कोई अर्थ नहीं है।

(६)

छींकने के बाद फौरन अपना मुँह नाक वगैरः कपड़े से पोंछ डालना चाहिए। क्योंकि छींकते समय उड़ा हुआ थूक ओंठों और मूँछों आदि पर लगा रह सकता है। यदि कपड़े आदि पर उड़कर थूक या कफ वगैरः गिरा हो तो उसे फौरन साफ़ कर देना चाहिए।

(७)

छींक को कई पुराने विचार के हिन्दू अशुभ मानते हैं। छींक के कारण किसी कार्य का आरंभ करते हुए या यात्रा आदि से रुक जाते हैं, ऐसे समय आपको यदि छींक आती हो तो आप उसे रोक लें तो अच्छा हो। परन्तु यह भी न भूलिए कि छींक के वेग को रोकने से कई रोग पैदा होते हैं।

(८)

कई लोग जान बूझकर, किसीको चिढ़ाने के लिए उसके चलने पर या शुभ काम के समय छींकते हैं। यह छींक यद्यपि नकली होती है तथापि असली के समान ही होती है। इस प्रकार की असभ्यता का व्यवहार किसीके साथ नहीं करना चाहिए।

(९)

छींक या जंभाई लेनेवाले को चमकाकर, अथवा किसी दूसरे उपाय से उसके वेग को रोकना असभ्यता है। कई लोग जंभाई

लेनेवाले के मुंह मे, जब वह मुँह फाड़ता है, कुछ डाल देते हैं, यह असभ्य मजाक है।

(१०)

पान चबाकर उसका पीक थूकते समय विशेष ध्यान रखना चाहिए। हर कही थूकदेना ठीक नही, ईस बात का भी ध्यान रखना चाहिए कि पीक या उसके छींटे, किसी दूसरे पर न गिरने पावें। पीक थूककर मुंह पोंछ लेना चाहिए, क्योंकि थूकते समय ओठो या मूछों मे लगा रह जाना संभव है।

(११)

साधारण दशा मे, किसी आ मी को सीटी बजाकर बुलाना बदमाश और गुण्डे मनुष्यो का काम है। बाजारों या गलियों मे जो लोग मुंह से सीटी बजाते हुए आते-जाते रहते है वे असभ्य हैं। जहां स्त्रियाँ बैठी हो या खड़ी हो वहां भी सीटी बजाना या और कोई इस प्रकार का शब्द करना असभ्यता है।

(१२)

बाजार मे चलते समय इधर-उधर देखना, गलियों मे घूमना, और घरों के ऊपर की खिड़कियों और छज्जो की ओर नही देखना चाहिए है।

(१३)

यदि कोई परिचित सज्जन कहीं मिल जावें तो उनकी ओर से अभिवादन की राह न देखकर, पहले आप अभिवादन करो।

(१४)

दिन छिपते समय और सूर्योदय के समय सोना, खाना, पीना और रोना बुरी बात है।

(१५)

ऐसी हँसी मज़ाक न करो जो किसीको बुरी मालूम हो। दूसरे की बुराइयों पर न हँसो। सज्जनता तो इसमें है कि, एकान्त में आप उसे उसकी बुराइयाँ समझा दें। इससे आपका, उसका और समाज का भी कल्याण होगा।

(१६)

वह सत्य किसी भी काम का नहीं, जिससे किसीको लाभ न पहुंचे और प्रेम की वृद्धि न हो। यदि आपके सत्य से ये बातें नहीं होतीं तो समझ लो कि आपका सत्य दूषित है, हानिकर है। इससे तो मौन रहना ही अच्छा है।

(१७)

सवारी में बैठे हुए, वृद्ध, रोगी, स्त्री, स्नातक, अंधा, लँगड़ा, लूला, राजा और बोझा उठाए चलनेवाले के लिए रास्ता छोड़ दो।

(१८)

किसी दूसरे के घर जाकर अपने मनमाने व्यवहार न करो, बल्कि गृहपति की सुविधाओं का और उसके बनाए हुए नियमों का अच्छी तरह ध्यान रखो।

(१९)

शरीर की अधिक सजावट, तेल मांगपट्टी, जेवर, तिलक, छापे,

इत्र, फुलेल, भड़कीली पोशाक वगैरः छिछोरपन एवं अज्ञानता के सूचक हैं। तड़कभड़क को ओछे आदमी अधिक पसन्द करते हैं। सभ्य पुरुष सादगी पसन्द होते हैं। सादगी में ही सभ्यता है।

(२०)

समय की इज्ज़त करो। अपना प्रत्येक कार्य ठीक वक्त पर करने की आदत डालो। जो मनुष्य समय का आदर करता है, संसार उसका आदर करता है। अपने घरू काम भी वक्त पर करो। सभा-सोसाइटियों में समय पर पहुँचने का अच्छी तरह ध्यान रखो। अपने जीवन का एक क्षण भी व्यर्थ न जाने दो। आप घड़ी का उपयोग समय की पाबन्दी के लिए करें। कलाई, जेब, अथवा अपने कमरे की शोभा के लिए घड़ी रखना व्यर्थ है।

(२१)

यदि आपसे कोई अपराध बना हो तो, निर्भयता पूर्वक उसे स्वीकार करो, और जरूरत हो तो तुरन्त ही उसके लिए क्षमा प्रार्थना कर लो। क्षमा का अर्थ यह न हो कि बार-बार अपराध करते जाना और क्षमा माँगते रहना। जो लोग क्षमा माँगने पर छुटकारा पाजाने के उद्देश से अपराध करते हैं, वे दोषी हैं।

(२२)

किसीकी धरोहर (अमानत रखी हुई वस्तु) का बिना उसके मालिक की स्वीकृति के काम में मत लाओ। बहुत से लोग गिरवी रखी हुई वस्तु को काम में लाते हैं, और अच्छी कीमत मिलने पर बेच भी देते हैं, यह बुरी बात है।

(२३)

जब अपना कोई शुभचिंतक आपको कोई उपदेश दे तो उसे ध्यान पूर्वक सुनो, और इस कृपा के लिए उसके प्रति हार्दिक कृतज्ञता प्रकट करो। उस समय अल्हड़पन दिखाना, हंसना, या लापरवाही प्रदर्शित करना उद्दण्डता है।

(२४)

लोगों के आवागमन के स्थानों पर ऐसी वस्तुएँ न फेंको जो उनको कष्ट पहुँचावे। काँच के टुकड़े, काँटे, टीन के टुकड़े, फलों के छिलके आदि सार्वजनिक स्थानों पर न डालो। बँबूल आदि कटीले वृक्षों की शाखा दतून बनाने के लिए काटते वक्त इस बात का ध्यान रखो कि उसके काँटे ऐसे स्थानों में न साफ किए जावें। जहाँ से लोग आते-जाते हों। यदि रास्ते में कोई ऐसी हानि प्रद वस्तु कांटा, काँच वगैरः पड़े दिखाई दें तो उन्हें हटा दो। नदी कुओं, तालाबों तथा दूसरे जलाशयों में भी काँच और काँटे न डालो।

(२५)

मोटर, रेल, या ऐसी ही किसी तेज सवारी में बैठकर बद-माश लोग बाहर सडकों के आसपास के लोगों को गन्दी गालियाँ देते हैं और गन्दे संकेत भी करते हैं। यह काम एक दम तिरस्कार योग्य है। भले आदमी कभी ऐसा नहीं करते।

(२६)

इसी प्रकार जिस सवारी के रुकने का भय न हो, जैसे रेल में बैठे लोगों को भी गन्दे संकेत करनेवाले भी असभ्य होते हैं। अक्सर

देखा जाता है कि रेलवे लाइन के किनारे खड़े कई दुष्ट लोग रेल में बैठी सवारियों को गन्दे सङ्केत करते हैं। उन्हें माँ-बहिन किसीकी लज्जा नहीं होती। ऐसे लोग पशुओं से भी गए बीते हैं।

(२७)

स्नान करते या कपड़े धोते समय इस बात का हमेशा ध्यान रखो कि, आसपास के मनुष्यों पर या वस्तुओं पर छींटे न गिरें।

(२८)

ऐसे शब्द अथवा वाक्यों का उपयोग करना असभ्यता है, जिनको सुनकर लज्जा उत्पन्न हो। कई लोग बातचीत करते समय ऐसे गन्दे शब्द काम में लाते हैं जिनसे सुननेवालों को शर्म आती है। हमेशा पवित्र वाणी बोलने का ध्यान रखो।

(२९)

कभी भूलकर भी जुआ न खेलो। जुआ बड़ा ही घातक खेल है। लोभ में आकर मनुष्य जुए में न जाने कैसे पाप कर बैठता है। जुए की हार और जीत दोनों ही बुरी हैं। जुए ने बड़े-बड़े राज घरानों को मिट्टी में मिला दिया। युधिष्ठिर का और नल का जुआ उन्हें कितना हानिकारक सिद्ध हुआ, इसे सभी जानते हैं। जिसमें हार जीत का दाँव अपने वश की बात न हो, उसे जुआ कहते हैं, फिर वह कैसे भी क्यों न खेला जाय।

(३०)

यदि आप किसीकी निस्स्वार्थ सेवा अपने तन, मन अथवा धन से कर सको तो अवश्य करो। मौका आने पर उसे न गँवाओ।

सेवा के बदले में तत्काल या भविष्य में कुछ पाने या लेने की आशा भूलकर भी न करो।

(३१)

किसीके यहाँ पहुँचकर, बिना मालिक मकान की अनुमति के किसी उच्चस्थान पर बैठने की कोशिश न करो। किसी ऊँचे या नीचे आसन पर बैठजाने मात्र से ही मनुष्य बड़ा या छोटा नहीं होजाता। महापुरुष धूल में बैठकर भी छोटा नहीं होता और न मूर्ख अथवा अमान्य व्यक्ति किसी उच्च आसन पर बैठकर ही बड़ा हो सकता है। कौआ ध्वज-दण्ड के ऊँचे भाग पर बैठकर भी उतनी शोभा और आदर नहीं पासकता, जितना कि एक हंस किसी तालाब के किनारे कीचड़ में शोभा पाता है।

(३२)

व्याख्यान देते समय अथवा नाटक आदि में पार्ट करते समय, किसी व्यक्ति विशेष की ओर अथवा वस्तु या दिशा विशेष की ओर न देखते रहो। उस स्थान में उपस्थित सब लोगों की ओर यथा समय देखते रहना चाहिए।

(३३)

व्याख्यान देते समय या नाटक आदि खेलों में अपने हाथ, पैर, मुख, आँख आदि अंगों को अकारण ही न हिलाओ डुलाओ। जो एक्टिंग में अति (Over acting) करता है वह कुशल नहीं माना जाता है। व्याख्यान के समय टाँगे फैला करके खड़े होना, अकारण ही टेबल पर हाथों को छिछोरपन का सूचक है। सदा

इस बात का ध्यान रखो कि अपने किसी हाव-भाव मे अस्वाभाविकता न आने पावे।

(३४)

कई व्याख्यानदाता, व्याख्यान के आरभ मे या अन्त मे स्वय ताली बजाते है। ऐसा वे जानकर नहीं करते, परन्तु हो ही जाता है। यह ठीक नही है। इसका हमेशा ख्याल रखना चाहिए।

(३५)

अपने पुरुषार्थ से अपना निर्वाह करो। पेट के लिए दीन बनकर टुकड़ माँगना असभ्यता है, आलस्य है।

(३६)

जो अपने ससुराल के बल पर अपना जीवन निर्वाह करता है, अथवा यश कीर्त्ति प्राप्त करता है वह आलसी है। स्वपुरुपार्थ द्वारा निर्वाह करनेवाला और यशोपार्जन करनेवाला ही पुरुपार्थी है।

(३७)

सभा-सोसाइटियों में अपना मत बहुत सोच समझ कर ही प्रकट करना चाहिए। बिना सोचे-समझे विचार प्रकट करने की जल्दी न करो।

(३८)

वह व्यक्ति भी असभ्य है जो सभा-सोसाइटियों मे उचित बात का समर्थन न करके अनुचित का पक्ष लेकर अपना मत प्रकट कर देता है। मत उचित होना चाहिए, फिर भले ही उसका कोई पोपक न हो। वह अकेला ही हो।

(४९)

नशेबाजों की संगति नहीं करनी चाहिए। भँगेड़ी, गँजेड़ी, अफीमची, शराबी, मदकची, चण्डूबाज़ कदापि सभ्य नहीं हो सकते। क्योंकि इनकी बुद्धि नशे के अधिकार में होती है। विवेक-बुद्धि भ्रष्ट हो जाने पर कोई भी सभ्य नहीं रह सकता। नशे बाजों को सुमार्ग पर लाने की सदिच्छा से थोड़ी देर के लिए उनसे मिलना बुरा नहीं है; किन्तु इसके पूर्व अपने मन को खूब मजबूत कर लेना चाहिए। कहीं ऐसा न हो कि उनका सुधार करने में अपना ही बिगाड़ हो जाय।

(४०)

जो व्यक्ति सभ्य हैं, जो देश और समाज के शुभचिंतक हैं उन्हें बदनाम करने अथवा उनके कामों में आड़े आनेवाले लोग नितान्त असभ्य होते हैं।

(४१)

अकारण ही किसी सभा-सोसाइटी या समाज से एक दम उठकर चलदेना असभ्यता है। यदि अवकाश नहीं हो तो आना ही नहीं चाहिए। यदि आए और जल्दी चले जाना है तो ऐसी जगह बैठो जहाँ से उठकर चल देने में किसीको बुरा न मलूम हो।

(४२)

अधिकांश लोग कथा-वार्ता, व्याख्यान, उपदेश, मौलूद, वाज, आदि में पहुँचकर ऊँघने या सोने लग जाते हैं। यह अनुचित है। यदि वहाँ जाकर सोना ही है तो अपने घर पर ही सो रहो। यदि वहाँ नींद आने लगे तो उठकर अपने घर चलदो।

(४३)

होली के दिनों में बहुतेरे लोग गन्दी बातें बोलकर बड़े और सभ्य मनुष्यों का अपमान करना अपने जीवन का एक उद्देश्य मान लेते हैं। इतना ही नहीं वे अपने को उस वक्त बड़ा ही होशियार और उस मण्डली का बहादुर नेता समझते हैं। यह असभ्यता है। कभी भी गन्दे शब्द बोलना नितान्त असभ्यता है।

(४४)

दीपक यदि बुझ जाय तो उसे "बुझ गया" न कहो। बल्कि, "होगया", "गुल हो गया", "ठण्डा हो गया", "शान्त हो गया" आदि वाक्य प्रयोग करो। "बुझ गया" शब्द दीपक के लिए प्रयोग करना अशुभ समझा जाता है।

(४५)

लाइब्रेरी या पुस्तकालय में जाकर उस पुस्तक या समाचार पत्र को जिसे कोई दूसरा व्यक्ति देख रहा हो लेने की चेष्टा न करो। जब वह उसे रखदे तब आप उठाकर देखो। यदि आपको उसकी अत्यन्त आवश्यकता हो तो विनीत भाव से माग लो।

(४६)

सभा-समाज मे अपने पद, प्रतिष्ठा, मान और उम्र के अनुसार पहले ही से अपना स्थान देखकर बैठो। ऐसी जगह भूलकर भी न बैठो, जहाँ से उठने का मौका आवे। तुलसीदासजी ने लिखा है—

"तुलसी तहा न बैठिए, जहँ कोउ देय उठाय।"

(४७)

सभा-सोसाइटियों में इस ढंग से बैठो कि किसी दूसरे को आपके द्वारा असुविधा तथा कष्ट न हो। यदि किसीको आपसे कोई असुविधा अथवा कष्ट होरहा हो तो उसे दूर करने का भरसक प्रयत्न करो।

(४८)

वेश्याओं के नृत्य में अथवा ऐसे समाज में जहाँ वेश्याएँ हों जाना बेशर्मी और असभ्यता है। यदि कहीं मार्ग में वेश्या-समाज एकत्र हो तो वहाँ भूलकर भी न ठहरो। अपने वेश्या-प्रेमी मित्रों के अनुरोध को मानने की सभ्यता न करो। ऐसे जलसे और उत्सवों में भी जाना असभ्यता है, जहाँ वेश्या का नाचना गाना हो।

(४९)

किसीके दुःख में या मृत्यु आदि के समय उसके साथ समवेदना प्रकट करने के लिए बिना बुलाए ही पहुँच जाओ। ऐसे समय तो शत्रुता त्यागकर, अपने महान् शत्रु के भी दुख में सम्मिलित होजाओ।

(५०)

बिना बुलाए किसी उत्सव में न जाओ। यदि उस दिन, उस समय, उस ओर या उधर आसपास कोई आवश्यक कार्य भी हो तो टाल जाओ। भूलकर भी उधर से न निकलो।

(५१)

बाजार या गली में, जहाँ स्थान कम हो और भीड़ खूब हो वहाँ अकारण मत ठहरो। ठहर जाने से लोगों के आवागमन में रुकावट होगी। लोगों को कष्ट होगा, और आपको भी असुविधा होगी।

(५२)

नीचो की संगति से हमेशा दूर रहो। जिनके स्वभाव नीच है, वे अपने साथी को भी वैसा ही बना लेते है। नीच मनुष्यो के साथ देखकर लोग आपको भी बुरा समझने लगेंगे। कलाली मे जाकर भले ही आप शराब को छुएँ तक नहीं, परन्तु लोग सन्देह अवश्य करेंगे।

जिहि प्रसग दूपन लगै, तजिये ताको साथ ।
मदिरा मानत है जगत, दूध कलाली हाथ ॥

(५३)

किसी दूसरे मनुष्य के आगे, पत्नि से पति को, और पत्नि से पति को, प्रेमयुक्त भाषण अथवा हसी दिल्लगी नहीं करनी चाहिए।

(५४)

यदि कोई असभ्य व्यक्ति आपको चिढाने की इच्छा से कोई इशारा, अथवा कोई वाक्य उच्चारण करे तो आप उस ओर ध्यान न दें। यदि आपने ध्यान दिया तो ऐसे लोग और ज्यादा आपको कष्ट देंगे। इसलिए ऐसे लोगो के मुहँ न लगना ही ठीक है। क्योंकि,—

"अगिन परी तृण रहित थल, आपुहिने बझि जाय।"

(५५)

बाजार मे पडी हुई रद्दी चीजो को बटोरते फिरना असभ्यता है। कई लोग सुतली के टुकड़े, कीलें, पिरंजी, कागज, कौडी, फटे पुराने डिब्बे आदि पड़े देखकर उठा लेते है, यह ठीक नहीं।

(५६).

किसीकी गुप्त बात को, जो आप पर प्रकट नहीं करना चाहता

सुनने के लिए व्यग्र मत होओ। सुनने का प्रयत्न न करो। छुपकर भी न सुनो। छुपकर सुननेवालों की गणना नीचों में होती है।

(५७)

किसी भी संस्था या सभा का सदस्य नाम या कीर्त्ति के लिए न बनकर, सेवा करने की इच्छा से बनना चाहिए।

(५८)

अपने घर में मनुष्यों के नाम, यहाँ तक कि पशुओं के नाम भी प्यारे, मधुर और गुणयुक्त रखो। निरर्थक, बेहूदे और कर्ण कटु नामों को बदल देना चाहिए। नामों से कुल, जाति, प्रान्त और देश की सभ्यता का अनुमान लगाया जा सकता है। अच्छे नाम सभ्यता के सूचक हैं और बुरे नाम असभ्यता के द्योतक। अच्छे नामों से व्यक्ति को स्फूर्त्ति मिलती है। "प्रताप" नामधारी महाराणा प्रताप के यश कीर्त्ति से स्फूर्त्ति प्राप्त करेगा। "झब्बू" और "गप्पू" इत्यादि नामधारी किससे स्फूर्त्ति पावेंगे ?

(५९)

किसी सभ्य व्यक्ति द्वारा मना किया जाने पर कोई बुरा कार्य न करो। कई लोगों में आदत होती है कि जितना उन्हें किसी काम के लिए रोका जायगा, उतना ही वे उसे अधिक करेंगे। यह अनुचित है।

४

स्वच्छता

(१)

नाक साफ करते समय इस बात का ध्यान रखो कि जोर की आवाज़ न होने पावे।

(२)

कई लोग रूमाल में नाक छिनक लेते है, और फिर उसे जेब में रख लेते है। रूमाल नाक० पोंछने के काम में आना चाहिए, न कि उसी में नाक छिनक देने के।

(३)

नाक का मल, कफ, और थूक वगैरः जिनसे घृणा उत्पन्न होती है ऐसे स्थानों मे डालने चाहिएं जहाँ लोगों की नजर न पड़े। आम रास्तो पर कदापि नही थूकना चाहिए। जो थूकता है वह असभ्य है। थूक, कफ वगैरः डालने के बाद उसे धूल डालकर फौरन ही ढाँक देना चाहिए। ऐसा न करने से बीमारी फैलती है।

(४)

पान या जरदा खाकर, उनका पीक दीवारों पर, कोनों में, किवाड़ों की ओट में, मन चाहा जहाँ नहीं थूकना चाहिए। दूसरे के घर इस बात का ध्यान विशेष रखना चाहिए।

(५)

लिखने के बाद अक्षरों को सुखाने के लिए स्याहीसोख (ब्लॉटिंगपेपर) की जगह अपने कपड़े की आस्तीन या कपड़े का अन्य भाग लगाकर नहीं सुखाना चाहिए। कई लोग दीवार से कागज को चिपका कर भी सुखाते हैं। कई लोग जमीन की मिट्टी खरोंच कर उस पर भुरकते है। ये सब क्रियाएँ आलस्य को सूचित करती हैं। ब्लॉटिंग पेपर या रेती जो स्याही सुखाने के लिए काम में लाई जाती है उसीका प्रयोग करना चाहिए।

(६)

मुहँ में अँगुली डालना, और दाँतों से नाखून काटना असभ्यता है। मनु ने कहा है—

"दन्तैर्नोत्पाटयेन्नखान्।"

(७)

बारबार थूकना असभ्यता है। अकारण ही थूकते रहना ठीक नहीं। कई लोगों की आदत सी पड़ जाती है कि वे चाहे जहाँ, चाहे जब रात दिन थूकते ही रहते हैं। थूकने की आदतवालों को यहाँ तक देखा गया है कि जरूरी कामों के बीच-बीच में, सभा-सोसाइ-टियों से उठकर थूकने जाते हैं। यह आदत डालना उचित नहीं

है। स्वास्थ्य-विज्ञान वादियों का कहना है कि बार-बार थूकना स्वास्थ्य के लिए हानि प्रद है।

(८)

निद्रा से उठने के बाद, बिना मुंह साफ किये किसी से न मिलो। क्योंकि निद्रितावस्थामें लार वग़ैरः के बहने से, आँखों में कीचड़ आजाने से और नाक पर चिकनाई चमक उठने से सूरत कुछ बेढगी बनजाती है।

(९)

सभ्य मनुष्यों के दाँत कभी मैले नहीं रहते। इसलिए दाँतों को हमेशा साफ रखो। जिसके दाँत गन्दे हैं उसका सारा सौन्दर्य एवं शृंगार व्यर्थ है। दाँतों को मिस्सी लगाकर उनकी सन्धियों को काला रखना, रातदिन पान चबाकर गन्हे लाल बनाए रखना ठीक नही है।

(१०)

भोजन करने के बाद, घी तेल वग़ैरः की चिकनाई से हाथ के नाखूनों मे हल्दी या अन्न वग़ैर लगा रहता है, उसे अच्छी तरह धो पोंछ कर साफ कर डालना चाहिए।

(११)

कोई भी चीज़ खाने के बाद, अच्छी तरह पानी की कुल्ली करनी चाहिए। दाँतों को भली प्रकार साफ करना चाहिए। दाँतों मे चिपका हुआ अन्न छुड़ाकर मुहँ को खूब साफ रखना चाहिए। बिना अच्छी तरह मुहँ साफ किये कहीं नहीं जाना चाहिए।

"नचोच्छिष्ट ,क्वचिद्व्रजेत्"

(१२)

रेल के डिब्बे में किसी प्रकार की गन्दगी न करो। कफ, थूक, पानी, फलों के छिलके वगैरः फर्श पर न डालो।

(१३)

रेल के डिब्बे के बाहर थूकते वक्त, पानी फेंकते वक्त, या दूसरी कोई चीज फेंकते वक्त, चाहे ट्रेन चल रही हो या खड़ी हो, बाहर की ओर पहले देखलो। ऐसा न हो कि किसी मनुष्य पर तुम थूकदो या कचड़ाकूड़ा डालदो।

(१४)

रेलगाड़ी अपनी गति में हो तब इस बात का भी ध्यान रखो कि थूक, पानी या दूसरी वस्तु जो डिब्बे के बाहर फेंकी गई हो ट्रेन में बैठे हुए किसी मुसाफिर पर हवा के कारण न गिरजावे।

(१५)

मुसाफिरखानों, सरायों, धर्मशालाओं, और ऐसे ही दूसरे सार्वजनिक स्थानों को किसी भी तरह मैला और गन्दा न करो। यदि कोई दूसरा करता हो तो उसे नम्रतापूर्वक समझा कर रोक दो।

(१६)

पान खाने से दाँत गन्दे होजाते हैं, इसलिए, जब पान खाओ तब दाँतों को अच्छी तरह साफ करलो।

(१७)

बहुतेरे लोग 'पीकदान' अपने पास रखते हैं। उसे हाथ में उठा उठा कर उसमें, पान जर्दा वगैरः का पीक थूका करते हैं। कई लोग

तो उसी पात्र के किनारे से अपने मुंह की लार तक पोंछ लेते हे। और उसे गंदा बना देते है। आम तौर पर इसका इस्तैमाल ठीक नहीं है। बीमारी वगैरः की निर्बल एवं असहाय अवस्था मे उगालदान का उपयोग करना ठीक हो सकता है। यों भी यदि साधारण अवस्था मे भी परिस्थिति वश करना ही पड़े तो उसे खूब साफ रखना चाहिए और फिनाइल आदि जतुनाशक पदार्थों से उसे धोते रहना चाहिए।

(१८)

फ़रीक यहाँ यदि जाजम, फर्श, दरी, गालीचे वगैरः बिछे हो तो उसपर जाने के पूर्व इस बात का ध्यान रखो कि पैर गदे न हों। कहीं ऐसा न हो कि आप अपने गन्दे पैरो से बिछायत को गन्दी कर दो।

(१९)

बहुत से लोग फेशन रोग मे ग्रस्त होने के कारण जुराबे (मोज़े) पहिनते है। गर्मी के मौसिम मे पसीना, धूल और चमडे के जूतों के संयोग से, यदि जुराब नित्य धोकर साफ न करली जावे तो उनमे एक प्रकार की अत्यन्त तीव्र असह्य दुर्गन्ध पैदा हो जाती है। ऐसे लोग जब जूते खोलकर बैठते है तो, वे अपनी जुराबों की बदबू से आस पास के लोगों के दिमागों मे बेचैनी पैदा कर देते हैं। एक बदबूदार जुराबवाला एक कमरे की शुद्ध हवा को गन्दी बना देता है। एसी जुराबें पहनकर, लोगों मे बदबू फैलाना, ठीक नहीं है।

(२०)

कुओं पर या जलाशयों के घाटों पर, कफ, थूक वगैर, न डालो, कुल्ली न करो, और मिट्टी वगैर न फैलाओ।

(२१)

नदी, तालाब, बावली आदि जलाशयों में कफ, थूक वगैरः न डालो। उन्हें गन्दा न करो। जिस जलाशय से लोग पीने का पानी लेते हों उसपर स्नान न करो और वस्त्र भी न धोओ।

(२२)

अपना घर हमेशा साफ सुथरा रखो। वस्तुओं को यथा स्थान व्यवस्थित रखना ही सफाई है और इधर-उधर बेतरतीब फैलाए रखना ही गन्दगी है।

(२३)

पाखाने से आने के बाद जबतक आप अपने हाथ मिट्टी पानी से अच्छी तरह न धोलेवें तबतक किसी भी वस्तु को न छुओ।

(२४)

पाखाना जाते समय और पेशाब करते समय किसी से बातचीत न करो गीत न गाओ, इधर उधर न देखो, बिलकुल मौन और शांत रहो।

(२५)

अपनी धोती या कुरते से हाथ, मुँह मत पोंछो बल्कि इस काम के लिए एक अलग कपड़ा रखो।

(२६)

भोजन करने बैठने के पहले अच्छी तरह अपने हाथ मुँह पैर वगैरः धो डालो। अच्छी तरह अपने दाँतों को साफ करो और खूब कुल्ली करो।

(२७)

जो बर्तन रात-दिन अपने काम मे आते हो, उन्हे मांजकर बिलकुल साफ रखो। उन्हे मैले मत रखो। पीले मत पड़ने दो हमेशा चमकते रहे। इसके लिए कभी-कभी कोई खटाई भी काम मे ली जा सकती है।

(२८)

बर्तनों को राख से मांजकर रखने की अपेक्षा पानी से धोकर रखना अच्छा है। बर्तनों की ऊपरी चमक जितनी आवश्यक है उतनी ही अंदरूनी भी। इसलिए बर्तनों को बाहर भीतर से बिलकुल शुद्ध एव स्वच्छ रखो।

(२९)

हजामत (बाल) बनवाने के बाद स्नान अवश्य ही करना चाहिए। यदि कारण विशेष से स्नान न करें तो उन अगो को तो साफ करने ही चाहिएँ जहाँ बाल लगे हो। बाल बनवाने के बाद बिना अच्छी प्रकार सफाई किये कहीं भी बाहर न जाओ, और न लोगों ही से मिलो।

(३०)

मकान में व्यर्थ की टूटी-फूटी रद्दी चीजों का अकारण ही संचय न करो। यदि कोई उन्हे माँगता हो तो दे दो, फैंकने लायक हों तो फेंक दो, काम मे लाने योग्य हों तो काम में लाओ, या जला दो।

(३१)

अपने घर को झाड बुहार कर बहुत ही साफ सुथरा रखो। यथा समय पोतकर और लीपकर भले आदमियों के रहने का सा

बनाए रखो। सभ्य पुरुषों के गन्दे निवास स्थान उनकी सभ्यता को बदनाम करते हैं।

(३२)

जिसतरह बाहिरी पवित्रता आवश्यक है। उसी तरह आन्तरिक अर्थात् मन की पवित्रता भी जरूरी है। ऊपर से साफ और अन्दर से मैले—

"मन मलीन तनु सुन्दर कैसे—
विषरस भरा कनक घट जैसे॥"

की उक्ति को चरितार्थ करते हैं। सभ्य होने के लिए, बाहरी और भीतरी दोनों प्रकार की पवित्रता आवश्यक है।

५

रहन-सहन

"अधिकार और भोग पाश्चात्य सभ्यता के आदर्श है। पूर्वीय सभ्यता का आधार कर्त्तव्य और त्याग पर है।"

—महात्मा हंसराज

(१)

कान मे इत्र का फाहा रखना असभ्यता है। कान का वह गढ़ा, जिसमे लोग इत्र का फाहां रखते है, प्रकृति ने इत्र रखने के लिए नहीं बनाया है। कान मे इत्र रखना विलासी स्वभाव का परिचायक है। यदि इत्र ही लगाना हो तो कपडों मे लगा लेना चाहिए।

(२)

सिर और मुँह पर इतना ज्यादः तेल न लगाओ जो मालूम दे। बालो का और मुँह के चमडे का रूखापन दूर करने के लिए बहुत ही हल्का तेल लगाओ। तेज गन्धवाला तेल प्रयोग करना भी ठीक नहीं है। इससे मन का हल्कापन और विलासिता प्रकट होती है।

(३)

अन्न को और विशेषतः भोजन के लिए तय्यार किए हुए अन्न को कभी भी पैर से मत ठुकराओ। पके हुए तय्यार भोजन को अथवा भोजन के पात्र को कभी पैर न छुआओ।

(४)

बर्तनों को उठाते या रखते समय उन्हें आपस में खड़ा-खड़ाना ठीक नहीं। इस प्रकार रखो या उठाओ कि उनसे शब्द न हो। फूल आदि के पात्र में यदि किसी के टकराने से ध्वनि उत्पन्न हो जावे तो उसे पकड़कर बन्द कर दो।

(५)

बर्तनों को पैरों से ठुकराना अनुचित है। भूल से भी उनको पैर न लगाओ।

(६)

बर्तनों को रखते समय, उन्हें जोर से मत पटको, ऊपर से ही न फेंकदो। रखने के लिए नीचे झुकने का कष्ट न सहकर ऊपर से ही पटक देना आलसीपन है।

(७)

दरवाजों, खिड़कियों आदि के किवाड़ों को खोलते या बन्द करते समय उन्हें ज़ोर-ज़ोर से न बन्द करो। भड़ाभड़ न करो। यथासंभव बहुत ही धीरे से खोलो या बन्द करो।

(८)

कुर्सी, स्टूल, तिपाई, मेज चारपाई आदि (फर्नीचर) को इधर

उधर हटाते समय या रखते समय जोर-जोर से पटकाझटकी या खींचातानी न करो।

(९)

बहुत से लोग हमेशा आँखों मे सुरमा या काजल लगाए रहते हैं। स्त्रियों तथा छोटे बालकों के अतिरिक्त इस प्रकार सुरमे या काजल से आँखों को स्याह रखना असभ्यता है। कामी और चरित्र हीन पुरुष प्राय: काजल या सुर्मा आँखो मे आँजते हैं। आँखों की खराबी के समय यदि किसी प्रकार का अंजन लगाया जाय तो कोई हानि नहीं।

(१०)

आँखों की दोनो भौंहों के बीच में काली या लाल पीले रंग का आडी लकीर लगाना टुच्चे आदमियों का काम है। यह कामीपन का सूचक भी है।

(११)

पुरुषों को दाँतों मे मिस्सी लगाना असभ्यता है। मर्दों के मुह में मिस्सी लग जाने से उनमें जनानापन सा मालूम होने लगता है।

(१२)

मर्दों को दाँतों मे सोने चाँदी की चोंप पहिनना या छेद कराकर सोने की कील बिठाना असभ्यता है।

(१३)

सोते समय इस बात का विशेष ध्यान रखो कि मुंह फटा न रहने पावे। कुछ दिनों तक कपडा बाँध रखने से मुह बन्द रखने की आदत पड जावेगी।

(१४)

सोते समय इस बात का भी ध्यान रखो कि आप खर्राटे न भरने लग जावें। ध्यान रखने से आदत छूट जावेगी। करवट बदल लेने से तत्काल खर्राटे बन्द हो जाते हैं। इसी प्रकार सोते समय दांत चबाने (पीसने) की या बड़बड़ाने की आदत हो तो भी उसे ध्यान रखकर छोड़ने का प्रयत्न करो।

(१५)

सोते समय इस बात का भी ध्यान रखना बहुत आवश्यक है कि आपका हाथ मूत्रेन्द्रिय या किसी गुप्त स्थान पर न हो।

(१६)

कई लोगों को बिलकुल नंगे सोने की आदत पड़ जाती हैं। स्त्रियाँ प्रायः नंगी ही सोती हैं। नंगे सोना ठीक नहीं है। कई लोग नींद में चौंक कर भागने दौड़ने लगते हैं। ऐसी दशा में यदि वह व्यक्ति नंगा हुआ तो उसे कितना लज्जित होना पड़ेगा। मनु ने नंगे सोने का निषेध किया है—

"न च नग्नः शयीतेह।"

(१७)

बिलकुल नंगे होकर ऐसी जगह स्नान न करो जो चारों ओर से बन्द न हो। जहाँ किसी की नजर पड़ने का ज़रा भी सन्देह हो वहाँ नग्न स्नान न करो।

(१८)

स्नान करते समय इस बात का भी ध्यान रखो कि गोपनीय

स्थान निर्लज्जतापूर्वक न रगड़े मसले या धोए जावें। आँखें बचाकर ही गुप्त इन्द्रियों को धोना पोंछना चाहिए।

(१९)

पतला वस्त्र पहनकर स्नान नहीं करना चाहिए क्योंकि पानी से गीला होकर वस्त्र शरीर से चिपक जाता है और आदमी या स्त्री बिलकुल नंगा जैसा लगता है अतः यह ध्यान रखा जाय कि बाहर स्नान करते समय पहनने का कपड़ा मोटा हो।

(२०)

कई असभ्य मनुष्य खुजली चलने पर उस स्थान पर से कपड़ा हटाकर खुजलाते हैं। वे तो बिलकुल ही असभ्य हैं जो जाँघ या रान में खुजली चलने पर धोती हटाकर खुजाने लगते हैं।

(२१)

लोगों के सामने घुटनों पर से धोती हटाकर, घुटनों को उघाड़ कर बैठना असभ्यता है। ऐसा वस्त्र पहिनना असभ्यता है जो घुटनों से ऊंचा रहे। त्यागी पुरुषों के लिए यह नियम नहीं है।

(२२)

मुंह में कपड़ा, तिनका, कागज़, वगैर. लेकर चबाते रहना अनुचित है। यह लक्षण अशुभ तथा दीनता-सूचक है।

(२३)

मुंह में आलपिन सुई या चाकू डालना और दाँतों को कुरेदना ठीक नहीं है। असावधानी से आलपीन यदि मुंह से पेट में चली जाय तो अनर्थ कर डालती है।

(२४)

पच्चीस वर्ष की अवस्था तक सिवा मूत्र-त्याग के अथवा स्नान आदि के समय शुद्धि के अतिरिक्त कभी मूत्रेन्द्रिय का स्पर्श न करो। अर्थात् २५ वर्ष की अवस्था तक पूर्णतया वीर्य रक्षा करो।

(२५)

अकारण ही ऐसे व्यक्ति से जिससे आपका कोई सन्बन्ध न हो अथवा परिचय न हो, अपने दिल की बातें न कहते फिरो और न ऐसी बातों में अपना सिर ही खपाओ जिनसे आपका कुछ भी सम्बंध न हो।

(२६)

गलियों में बाजारों अवारा, बेकार मत घूमो। यदि आप खाली हैं तो बजाय इधर-उधर धरम धक्का खाने के अपने घर में बैठे चर्खा ही काता करो। गालियों में व्यर्थ चक्कर काटने के बजाय चरखा चलाना कितना उपयोगी है, इसे अनुभव में लाकर देखो।

(२७)

ऐसे मुहल्लों में जहाँ वेश्याएँ रहती हों, अथवा ऐसे स्थानों में जहाँ व्यभिचारिणी स्त्रियों के अड्डे हों; वहाँ मत घूमो फिरो। उस रास्ते से यदि आना जाना अवश्यक हो तो भी न आओ जाओ। दूसरे मार्ग से निकलो, भले ही चक्कर क्यों न खाना पड़े। बदबू के पास से निकलने पर बदबू आती ही है।

(२८)

अपने खानगी व्यवहारों को, और गुप्त बातों को दूसरे लोगों पर कदापि प्रकट न करो।

५

"तुलसी निज मनकी व्यथा, भूल न कहिए कोय।
सूनि अठिलै हैं लोग सब, बाटि न लैं है कोय॥"

(२९)

किसी भी काम के करने मे जल्दी न करो। खूब सोच समझकर, उसके परिणाम का ध्यान रखकर करो। क्योंकि—

"बिना बिचारे जो करे, सो पाछे पछिताय।
काम बिगारे अपुनो, जगमे होत हँसाय॥"

(३०)

अहंकार मत करो। यह बहुत ही बुरी आदत है। अहंकार से मनुष्य बिलकुल बर्बाद होजाता है। हाँ, अपना स्वाभिमान मत गवाओ। अहंकार और स्वाभिमान अलग-अलग है। अहंकार से मनुष्य पतन होता है तो स्वाभिमान से उन्नति।

(३१)

बहुत से लोगों की आदत पड जाती है कि बिना किसी दुःख या चिन्ता के ही लम्बी उसासू लिया करते है। यह बुरी आदत है। उसाँस के बाद 'हाय' शब्द अनायास ही मुँह से निकल जाता है। यह बुरा है—इसे भुला दो।

(३२)

पति-पत्नी को रात के समय बातचीत बहुत ही आहिस्ता आहिस्ता करनी चाहिए। ताकि कोई घर का या बाहर का अड़ोसी पडोसी न सुन ले। स्मरण रहे नीरव रात्रि मे कानाफूसी भी बहुत दूरतक सुनाई पडती है।

(३३)

व्यायाम, औषधि सेवन और मैथुन इन तीनों कामों को गुप्त रखने में ही हित है। इन्हें दूसरों पर प्रकट करने में अपनी शेखी न समझो।

(३४)

मातापिता को उचित है कि जो बालक अपना भला-बुरा समझने का ज़रासा भी ज्ञान रखते हों, उन्हें अपने साथ बिछौनों में लेकर कदापि न सोवें। ऐसे समय आपस में हँसी दिल्लगी या किसी प्रकार की अन्य कामचेष्टा भी नहीं करनी चाहिए। बच्चों को अबोध न समझो, वे सब कुछ समझते हैं। उनके हृत्पट पर आपके कार्यों का चित्र अङ्कित हुए बिना न रहेगा।

(३५)

अगर आपके हाथ में छड़ी या बेंत हो तो उसे घुमाना, हिलाना, फटकारना, अनुचित है। ऐसा करना मन की चंचलता का द्योतक है। छड़ी से रास्ते के कुत्तों पर, पशुओं पर, तथा वृक्ष लतादि के पत्तों पर प्रहार न करो।

(३६)

मकान की सफ़ाई और सजावट, उसमें रहनेवाले मनुष्य के स्वभाव का प्रतिबिम्ब होता है। चतुर मनुष्य मकान को देखकर ही उसमें रहनेवाले के स्वभाव का अनुमान कर लेते हैं। घर यदि मैला है और चीज़ें अस्तव्यस्त इधर-उधर पड़ी हैं तो यह समझा जा सकता है कि इसमें रहनेवाला आदमी मैला और आलसी है। यदि

स्त्रियों के चित्र अधिक हों तो व्यभिचारी और महात्माओं के चित्र हों तो धार्मिक समझा जा सकता है। इत्यादि।

(३७)

रुपये पैसे को हाथ मे लेकर या जेब में रख कर उन्हे बजाकर लोगों पर प्रकट करना [असभ्यता है। जेब मे पड़े हुए रुपये पैसे यदि चलने के कारण स्वयं बजते हों तो उन्हे मत बजने दो। इसी प्रकार चाबियों के गुच्छे को लटकाकर बजाते हुए चलना भी ओछापन है।

(३८)

गरीबी असभ्यता नहीं है, और न अमीरी सभ्यता है। सभ्यता इनसे पृथक है। वह अमीर और गरीब दोनों के लिए समान है। मनुष्य को सदाचारी बनने का प्रयत्न करना चाहिए, जो सभ्यता की कुंजी है।

(३९)

दाद की बीमारी अधिकतर रानों मे ही होती है। दाद मे खुजली भी खूब और मीठी चलती है। कहा भी है—"बड़े भागसों मिलत है दाद, खाज अरु राज।" लेकिन किसी सभा सोसायटी मे बैठकर या व्याख्यान देते समय रानों को खुजलाना बहुत ही बुरा है। जहां अनेक मनुष्य हों वहां रानो की दाद खुजलाते वक्त ज़रूर ध्यान रखो। अन्यथा असभ्य माने जाओगे।

(४०)

शरीर में कहीं खुजली चले तो संयम पूर्वक, चुपचाप धीरे धीरे

खुजलाना चाहिए। जो लोग बिना ध्यान रखे, चाहे जैसे हाथ मार कर घरड़ घरड़ खुजलाने लगते हैं वे असभ्य हैं।

(४१)

कई लोग नींद से उठते ही शय्या में विक्षिप्त से बैठ जाते हैं, और शरीर को जहाँ तहाँ से खुजाते हैं—यह बानरी क्रिया अनुचित है।

(४२)

नींद में किसी की आवाज़ को सुनकर हड़बड़ाकर चिल्ला उठना या भाग छूटना ठीक नहीं है। भयङ्कर से भयङ्कर ख़तरनाक आवाज़ को सुनकर उन्मत्त की भाँति भाग पड़ना गँवारों का काम है। बिना घबराए धैर्यपूर्वक जो कुछ भी उस समय प्रथम कर्त्तव्य हो उसका पालन करना उचित है।

(४३)

जिनके घर में कलह होती है वे कुटुम्ब कदापि सभ्य नहीं गिने जाते। इसलिए गृहकलह कभी मत उत्पन्न होने दो। यदि कभी झगड़े का या नाराजी का अवसर भी आवे तो अनावश्यक ज़ोर-ज़ोर से चिल्लाकर मत बोलो, नहीं तो अड़ोसी-पड़ौसी तथा दूसरे लोग तमाशा देखने को एकत्र हो जावेंगे और कई घरू खानगी बातें उनपर प्रकट हो जावेंगी।

(४४)

घर के मनुष्यों के अतिरिक्त यदि कभी किसी से लड़ाई का या नाराज़ी का अवसर आजावे तो क्रोध में आपे से बाहर होकर मत

बोलने लगो। वे लोग मूर्ख और निर्बल मन के हैं जो न कुछ बातपर हद से ज्यादा चिल्ला चिल्लाकर अपना गुस्सा प्रकट करते हैं।

(४५)

कई लोग नग्न और फोश, स्त्री पुरुषोंके चित्र अपने मकानो मे लगाते है, यह बहुत ही अनुचित है। सौन्दर्य की दृष्टि से भी ऐसे भद्दे, अश्लील चित्र या स्त्रियों के चित्र अपने मकान मे न लगावें। ऐसे चित्रों से मानसिक-विकार उत्पन्न होते है।

(४६)

अकारण ही, छाती, हाथ, पैर के बाल कैंची या उस्तरे से कटाना अनुचित है।

(४७)

आजकल लोग विदेशियों की देखा देखी अपनी मूँछें मुंडवाने लगे हैं। दिनोंदिन भारत में मर्दों के मुह औरतों सरीखे बनते जा रहे हैं। मूँछें मुडवाना भारतीय सभ्यता नहीं है। हिन्दुओं में किसी बडे के मरजाने पर ही मूँछें मुँडाई जाती है या सन्यासी लोग मुँडवाते है। मुसलमानों के यहाँ भी इस प्रकार दाढ़ी मूछें सफाचट कराने को बुरा माना जाता है। मूँछें मुँडाकर औरतों का सा मुँह बनाए फिरना सभ्यता के विरुद्ध कार्य है।

(४८)

अपने वस्त्रों मे जूँ या खटमल न होने दो। यदि हो जावें तो उन्हें लोगों के सामने ढूँढ-ढूँढकर मारना आरंभ न करो। ऐसा काम करते समय लज्जित होना चाहिए, क्योंकि वह तुम्हारी गन्दगी का

सूचक है। इन स्वेदज जीवों को कहीं एकान्त स्थान पाकर ही निवारण करो। कई लोग खटमल जूं जैसे जीवों को अपने शरीर से लेकर दूसरों पर चुपचाप छोड़ देते हैं यह नीचतापूर्ण कार्य है। अपने सुख के लिए दूसरों को कष्ट पहुंचाना भी हिंसा है।

(४९)

वास्तव में सभ्य वही है, जिसका जीवन सादा और विचार उच्च हैं। मनुष्य को अपने जीवन का आदर्श रखना चाहिए—

"Plain living and high thinking"

अर्थात्—सादा जीवन और उच्च विचार।

(५०)

सभ्य वही है जो कानों से अच्छी बातें सुनता है, आँखों से सत्कार्यों को देखता है, मुख से नम्र विनीत एवं पवित्र वाणी उच्चारण करता है, हाथों से पवित्र कर्म करता है, मन से दूसरों की हित-कामना करता है, और अपना रोम-रोम दूसरों के कल्याण में लगता है।

६

वेश-भूषा

"ऊपर का बड़प्पन और अन्दर निस्सारता, ऊपर ऊपर की बहुत सी वस्तुओं की और धन की प्राप्ति, परन्तु अन्दर आत्मिक खोखलापन यही प्राकृतिक सभ्यता का मुख्य चिन्ह है। खेद है कि इसी निस्सार सभ्यता के चकाचौंध से प्रभावित होकर शिक्षित नवयुवक भी इसकी प्रशंसा करते नही अघाते।"

—प्रो० आइकन

(१)

स्वदेश की पोशाक को छोड़कर, देखादेखी विजातीय एवं विदेशी पोशाक को अपनाना असभ्यता है। हमारी सभ्यता अपने देश की पोशाक मे ही है।

(२)

अंग्रेज लोग अपने देश की सभ्यता के कितने अभिमानी हैं कि वे भारत जैसे गर्म देश में भी अपने देश की वेश भूषा को नहीं छोड़ते।

और हम भारतीयों का कुछ ठिकाना ही नहीं। हम हमेशा अपने देश का पहिनावा छोड़कर दूसरे देश का पहिनावा अपनाते रहे हैं।

(३)

फ़ैशन के विरुद्ध कपड़े मत पहिनो। जैसे अंगरखी पर कोट, कोट पर कुरता, अथवा कोट पर वास्कट। कई लोग पतलून पर पगड़ी या धोती पर टोप (हैट) लगाते हैं यह बेढंगा है।

(४)

पगड़ी और कुरते के साथ बूट और देशी जूतियों के साथ कोट पतलून पहनना भी बेढंगा है। अंगरेजी ढंग के कोट पेंट पहिनकर उसपर देशी टोपी लगाना भी ठीक नहीं लगता है।

(५)

इस प्रकार पहिनावे में खिचड़ी मत रखो। जो भी पहिनावा पहनो सिरसे पैर तक एक ही हो। आधा देशी और आधा विदेशी पहनना ठीक नहीं।

(६)

फटे हुए कपड़ों को सीकर पहिनना चाहिए। सिले हुए तथा पैबन्द लगे हुए कपड़ों को पहिनना असभ्यता नहीं है। असभ्यता तो फटे लटकते तथा मैले कपड़े पहनने में है।

(७)

बटनों की जगह बटन ही लगाना चाहिए। धागे से बाँधना, सुई या सेफ्टीपिन लगाना ठीक नहीं। कमीज़ की बाहें बटन दार हैं तो उनमें बटन लगाओ। खुली न लटकने दो।

(८)

कपड़े हमेशा साफ सुथरे पहिनो। कम क़ीमत के और मोटे भले ही हो, परन्तु हों साफ। बहुमूल्य रेशम या मखमल के मैले कपड़ों की अपेक्षा खादी के मोटे शुद्ध वस्त्र कहीं अधिक उचित है।

(९)

कई लोग केवल फैशन के लिए कई जगह अनावश्यक बटन लगवाते है यह ठीक नहीं है।

(१०)

कई लोग दिन मे दोचार वार अपने कपड़े बदलते है। इसमें वे अपना बड़प्पन मानते हैं। यह अच्छा नही है। हाँ, रात की और दिन की अलग अलग पोशाक रखना कोई बुरी बात नही है। इसी तरह घर की, बाजार की, दफ्तर की, पूजा की अलग २ पोशाकें रखना बुरा नही है।

(११)

कई लोग रातदिन हमेशा बहुत ही मैले घिनौने गन्दे कपड़े पहन रहते है और उत्सव आदि पर बहुत तड़क भड़क दिखाते है। यह अनुचित है। कपड़े सब समय एक समान साफ और सादे रखना अधिक अच्छा है।।

(१२)

आभूषण पहिनना बड़प्पन नहीं है। जेवर केवल इस बात के सूचक है, कि मनुष्य पैसेवाला है। बड़प्पन तो आदमी के गुण शील और स्वभाव से मालूम होता है। दूसरे आजकल अब आभूषण पहनना सभ्यता की निशानी नहीं समझा जाता है।

सिवाय उन लोगों के, जिनके देश जाति व अथवा धर्म में प्रथा है—नंगे सिर नहीं रहना चाहिए। जो अंग्रेज़ी काट के बालों में तेल फुलेल डालकर, माँग पट्टी निकालकर नंगे सिर इधर उधर घूमते फिरते हैं वे असभ्य हैं।

(१४)

कई लोग जान बूझकर अपने बालों की माँग पट्टी करके टोपी साफा या पगड़ी के नीचे इस प्रकार जमाते हैं कि वे दिखते रहें। ऐसे लोग असभ्य होते हैं।

(१५)

अकारण ही फूलों की माला वगैरः गले में डालकर बाजारों में या गलियों में घूमना बुरी बात है। कई लोग अपने लट्ठ या लकड़ी को माला लपेट कर या तीतर बटेरों के पिंजरों पर माला डालकर निकलते हैं। यह बदमाश और गुण्डे लोगों का चिन्ह है।

(१६)

कई पुरुष स्त्रियों के दुपट्टे, धोती, लूगड़ी, फरिया आदि कपड़ों को धोती के बजाय थोड़ी देर के लिए पहन लेते हैं। यह अनुचित है। स्त्रियां को पुरुषों के और पुरुषों को स्त्रियों के वस्त्र नहीं पहिनने चाहिएँ।

(१७)

इतनी फटी हुई जुराबें जिनमें एडियां और पञ्जे दिखाई पड़ते हों; नहीं पहनना चाहिए। कई लोग बेजोड़ जुराबें पहिनते हैं—एक किसी रंग की तो दूसरी किसी रंग की। यह बेढंगापन है।

(१८)

जुर्राबों को पहिनकर उन्हें बाँध देनी चाहिए ताकि नीचे न खिसकने पावें। नीचे उतरी हुई जुर्राबें बिना बन्ध की पहिने फिरना ठीक नहीं मालूम होता।

(१९)

जुर्राबों पर जूते पहन कर ही कहीं आना-जाना चाहिए। बिना जूते पहने बाजारों मे गलियों मे जहाँ तहाँ घूमते फिरना असभ्यता है।

(२०)

यदि आप हिन्दू हैं तो अपनी चोटी को टोपी साफा या पगड़ी से बाहर निकली हुई न रहने दो। जिन लोगों की चोटियाँ आवश्यकता से कहीं ज्याद' बड़ी और लम्बी होती है उन्हे विशेष ध्यान रखना चाहिए।

(२१)

अगर किसी व्यक्ति की चोटी टोपी साफा पगड़ी वगैरः से बाहर निकल रही हो तो उसे पकड़ कर मत खींचो। कई लोग निकली हुई चोटी को पकड़ कर इस ढग से ऊपर उठा देते है कि सिर पर टोपी वगैरः अलग जा गिरती है। ऐसा करना और विशेषतः अनेक लोगों की उपस्थिति मे करना असभ्यता है।

(२२)

प्रत्येक आदमी को अपनी अवस्था के साथ ही साथ अपनी पोशाक भी बदलते जाना चाहिए। बच्चों की पोशाक अथवा ज़री गोटे या सलमे-सितारे की मढ़ी हुई टोपी या दूसरे वस्त्र जवानी या बुढ़ापे मे

बुरे मालूम होते हैं। जनाने पुरुष ऐसे गोटे कलबत्तू के कपड़े जवानी में ही नहीं बल्कि बुढ़ापे तक पहनते हैं।

(२३)

जूते, वस्त्र, जनेऊ, जेवर और माला, कभी दूसरों के पहने हुए अपने काममें मत लाओ।

"उपानहौचवासश्च धृतमयैनवारयेत् ।
उपवीत मलंकारं स्रजंकरचमेवच ।"

(२४)

दूसरों के पहने हुए वस्त्र पहिनना पुरुषार्थ हीन मनुष्यों का काम है। कई लोग पुराने वस्त्र नीलाम वगैरः में खरीदलाते हैं और उन्हें पहनते हैं। विदेशी लोगों के पुराने ऊनी कोट वगैरः भारत में प्रतिवर्ष लखों व्यक्ति पहिनते हैं। वहाँ की औरतों के पहिने हुए कोट यहाँ के मर्द पहिने फिरते हैं, यह कितनी लज्जा की बात है।

(२५)

जूतों के अतिरिक्त, चमड़े की दूसरी चीजें शरीर पर धारण करना असभ्यता है। योद्धा, सैनिक लोग आवश्यकतानुसार शरीरपर मड़ा धारण कर सकते हैं। पनुन्तु व्यर्थ ही, गेलिस, गेटिस, बेल्ट, चैन, टोपी और घड़ी वगैरः में चमड़े का प्रयोग अनुचित है।

(२६)

आभूषणों से मनुष्य आदर नहीं पाता, गुणों से पाता है—

"नराणाम् भूषणं रूपं, रूपानां भूषणम् गुणम् ।
गुणानाम् भूषणं ज्ञानं, ज्ञानानाम् भूषणं क्षमाः ।"

(२७)

धोती पहिनना भारतीय सभ्यता है। पजामा पतलून आदि असुविधा जनक वस्त्र है। कारण विशेष से, किसी समय पाजामा वगैरः का प्रयोग किया जाना अनुचित नहीं किन्तु सदैव धारणा करना ठीक नहीं। पाजामा और पतलून वालों को, वर्षा में, धूलवाली जमीन में, पानी में से निकलने में, स्नान में, पाखाना और पेशाब करने में और दूसरा पाजामा पहिनने में बड़ी ही कठिनाइयाँ होती है।

(२८)

धोती बहुत ऊंची पहनना असभ्यता का सूचक है। इसी प्रकार एड़ियों तक नीची धोती बांधना भी अनुचित है। कई लोग धोती इस ढंग से बाँधते है कि पीछे की ओर लाँग के दो पल्ले ध्वजा की तरह फड़फड़ाया करते है। बहुत से लोग धोती के दोनों पल्लू पीछे से लाकर इस प्रकार आगे टाँकते है कि धोती पजामा-सा दिखाई पड़ने लगती है। यह भी असभ्यता है। धोती ऐसी बाँधनी चाहिए जो बहुत ऊँची भी न हो और नीची भी न हो। आगे से गुप्त अंग न दिखे और न पीछे से ऊपरतक टाँगे ही उघाड़ी रहें।

(२९)

प्रत्येक प्रांत जाति और समाज मे धोती बाँधने का एक विशेष ढंग होता है। कई लोग आगे से धोती ऐसी बाँधते है, जिसमे से गुप्त अंग दिखाई तो नही पड़ते, परन्तु एक पुटलिया-सी बना लेते है, जिसमें गुप्त अंग स्पष्ट मालूम होता है। यह असभ्यता है। और असभ्यता की पराकाष्ठा तब हो जाती है, जबकि कोई धोती से ऊंचा वस्त्र जैसे

डी, बनियान, जाकट या फितोई पहन कर लोग इधर उधर घूमा रते हैं।

(३०)

धोती बाँधने में विशेष सावधानी रखो। ढीली धोती जो चलते-लते खुलजावे बाँधना ठीक नहीं है। धोती के पीछे लाँग को इस ग से न ठूँसो कि वह पीछे पोटली-सी बन जावे, या मुर्गदुम-सी ज़र आवे।

(३१)

कई लोग पाजामा पहनते हैं परन्तु अन्दर धोती भी रखते हैं। सी हालत में यदि सावधानी से धोती न समेटी गई तो, बड़ी भद्दी गती है। पाजामे के अंदर धोती के बजाय लँगोट पहन लेना ठीक ता है।

(३२)

खाकी लंगोट पहने बाजार में कभी नहीं घूमना चाहिए। और ऐसे थानों में जहां स्त्रियाँ हों लंगोट बाँधे घूमना-फिरना असभ्यता है।

(३३)

ऊँचे और ओछे एवं तंग वस्त्र मत पहनो। बहुत ढीले और म्बे वस्त्र पहिनना भी असभ्यता है।

(३४)

त्यागी पुरुषों और साधु संन्यासियों को गृहस्थी-सांसारिक नुष्यों के से वस्त्र और गृहस्थी सांसारिक मनुष्यों को साधु न्यासियों के से कपड़े लत्ते नहीं पहनने चाहिएँ।

(३५)

पजामे की नाडी को इतना नीचा नहीं लटकने देना चाहिए कि वह चलते समय बाहर दिखाई दे।

(३६)

साफा वगैरः में ऊपर या पीछे की ओर उसी के पल्ले का तुर्रा सा बनाकर रखना अथवा ताड के पत्ते की तरह सिरपर फैला रखना सभ्य लोगों का काम नहीं है। जो लोग साफे का पल्ला पीछे की तरफ नितम्ब भाग से नीचा लटका कर रखते है, वे भी सभ्य नहीं माने जाते।

(३७)

रूमाल रखने का ढंग आजकल कई तरह का है। लोग केवल शेखी दिखाने के लिए उसे कई तरह से जेब में रखते है। रूमाल का जेब से बाहर लटकाना असभ्यता है। कालर में या बटन लगाने के छेदों मे बाँधना ओछी प्रकृति का सूचक है। रूमाल को अच्छी तरह तह करके जेब में इस प्रकार रखना चाहिए कि वह किसीको दिखाई न दे। बिना घडी किये जेब मे पोटली-सी ठूँसे रखना भी असभ्यता का सूचक है।

(३८)

अनावश्यक कपड़ शरीर पर लादे रहना भी जंगलीपन है। ऋतु के अनुसार कम-से-कम वस्त्र पहिनना चाहिए। अधिक वस्त्र पहिनकर अपने धनी होने का विज्ञापन मत दो।

(३९)

भारतीय पोशाक यदि पहिने हो तो दुपट्टा अनावश्यक वस्त्र होते

हुए भी रखना चाहिए। वह भारत की प्राचीन सभ्यता का प्रदर्शक है। हाँ, पजामे-पतलून, या कोट-अचकन, शेरवानी वगैरः पर दुपट्टा अनावश्यक है।

(४०)

प्रायः लोग ऊपर का वस्त्र जो लोगों को दिखाई पड़ता है बहुत ही साफ सुथरा पहनते हैं और अन्दर का वह वस्त्र जो शरीर को छूता रहता है इतना मैला, गन्दा और बदबूदार होता है कि देखने से ही नफ़रत पैदा होती है। बदन पर सभी कपड़े साफ़ सुथरे पहिनना चाहिए।

(४१)

ऐसी टोपियाँ या पगड़ियाँ जो सिर पर लगाते-लगाते धूल मिट्टी या तेल के कारण मैली हो गई हों, जिन पर कीट चढ़ गया हो, मत पहिनो।

(४२)

जो लोग जनेऊ पहिनते हैं, उन्हें अपनी जनेऊ बिलकुल साफ रखनी चाहिए। मैली जनेऊ असभ्यता की सूचक है। जब कभी पेशाब या पाखाने के समय जनेऊ काम में लाई जाय तब उसे कपड़ों से बाहर निकली हुई या कान पर लिपटी हुई न रहने दो।

(४३)

कई लोग जनेऊ को गले में से अलग निकालकर साबुन वगैरः से धोते हैं, यह अनुचित है। यदि जनेऊ को धोना है तो गले में पहने हुए ही धोना चाहिए। गले में जनेऊ पहनने के बाद उसे शरीर से

अलग कभी नहीं करना चाहिए। केवल संन्यास-दीक्षा लेते समय जनेऊ निकाली जा सकती है।

(४४)

चमड़े के कपड़े पहिनना, या कालर और बाहों में चमड़े लगवाना भारतीय-सभ्यता के विरुद्ध कार्य है।

७

चाल-ढाल : उठना-बैठना

"अच्छी से अच्छी आधुनिक सभ्यता भी मनुष्य की एक ऐसी दशा की सूचना देती है, जिसके सामने न तो कोई उच्च आदर्श ही है और न स्थिरता ही। यदि मनुष्य जाति की बहु संख्या की अवस्था में किसी बड़े भारी परिवर्तन की आशा न हो तो, मैं एक ऐसे दयालु धूमकेतु के आगमन का अभिनन्दन करूँगा जो आकर इस सारे जगत का एक दम संहार करदे।"

—प्रो० हक्सले

(१)

पैर फटकारकर या पटककर चलना अच्छा नहीं है। चलते समय पैरों से "धमा-धम" शब्द मत होने दो। पैर घसीट कर चलना जूतियाँ घसीटना और धूल उड़ाते चलना ठीक नहीं है।

(२)

चलते वक्त अपनी टाँगें आगे की ओर फटकार कर चलना, टाँगों के इधर उधर घुमाते हुए चलना, चूतड़, कमर और सिर को मट-

करते हुए चलना असभ्यता है। बचपन से ही अच्छी तरह सभ्यता पूर्वक चलने की आदत डालना चाहिए। सभ्य माता-पिता अपने बच्चों की चालढाल बचपन से ही ठीक करते हैं। गवारों और असभ्यों के बालकों को चलने का शऊर नहीं रहता।

(३)

चलते वक्त अपने दोनों हाथों को खूब झुलाते हुए चलना, एक का झुलाना और एक को अकारण ही बन्द रखना ठीक नहीं है। कई लोग चलते समय हाथों को इस प्रकार झुलाते हैं कि हाथ सीधे न झूलकर पीठ की ओर तिरछे जाते आते हैं। चलने का यह ढंग बहुत ही बुरा मालूम होता है।

(४)

चलते वक्त पाँचों अंगुलियाँ फैलाकर या मुट्ठी बाँधकर चलना बुरा लगता है। कई लोग अपने हाथ की अंगूठी वगैरः दिखलाने के उद्देश से, उस अंगुली को सीधी करके चलते हैं, यह ओछेपन का सूचक है।

(५)

चालढाल में बनावट का होना ठीक नहीं, उसमें स्वाभाविकता होनी चाहिए। यदि अस्वाभाविकता हो तो उसे दूर करने का हमेशा खयाल रखो।

(६)

नीची निगाह करके चलना चाहिए। निगाह नीची हो, गर्दन नीची न हो। गर्दन सीधी रखना दीर्घायु देता है। टेढ़ी गर्दन रखने

से कई रोग उत्पन्न होजाते हैं। इधर उधर चंचल दृष्टि रखकर चलना ठीक नहीं। अकड़ कर और अस्वाभाविक सीना तानकर चलना बेहूदगी है।

(७)

कई लोग जो व्यायामी करते रहते हैं उनका सीना उभर आता है, हाथों में मांस पेशियाँ पुष्ट हो जाने के कारण भुजाएँ पसलियों से कुछ दूर रहने लगती हैं। एक स्वाभाविक चाल बन जाती है जिसे 'पहलवानी चाल' कहा जाता है। इस पहलवानी चाल को जो पहलवान नहीं हैं, और शरीर से दुबले-पतले हैं, यदि बनाकर चलें तो बहुत ही बुरा है। वे व्यायामशील भी जो बनकर या तनकर अपने पुष्ट शरीर की शेखी दिखाते हुए चलते हैं असभ्य हैं।

(८)

चलते वक्त इस बात का हमेशा ध्यान रखो कि पैरों से धूल न उड़ने पावे। यदि धूलवाली भूमि हो, और धूल का उड़ना अनिवार्य हो तो हवा का रुख देखकर चलो, ताकि वह उड़कर किसी दूसरे मनुष्य पर न गिरे।

(९)

कहीं भी जाते आते समय अकारण दौड़कर चलना ठीक नहीं। विशेषतः बाजारों में और गलियों में व्यर्थ दौड़कर चलना अनुचित है।

(१०)

अपने दोनों घुटनों को भुजाओं में कसकर और उनमें सिर को रखकर बैठना अच्छा नहीं है।

(११)

घर के दरवाजे मे या चौखट मे टाँग अड़ाकर बैठना अच्छी बात नही है।

(१२)

लम्बी टाँगे करके, टाँग पर टाँग रखकर अर्थात पावों मे आँटी डालकर बैठना ठीक नही है।

(१३)

हाथ पैरों की अंगुलियों तथा शरीर के अन्यान्य भागों को चटकाना ठीक नहीं है। कई लोगों की यह आदत सी पड़ जाती है कि अपने हाथों की अंगुलियाँ चटखाया करते है। यह बहुत बुरी आदत है। जिनको यह आदत है उन्हे छोडने का प्रयत्न करना चाहिए। इससे शरीर की संधियाँ कमज़ोर पड जाती है।

(१४)

सोते जागते हमेशा मस्तिष्क कुछ न कुछ सोचा ही करता है। किन्तु मन मे उठनेवाली तरंगो मे, मस्तिष्क मे आनेवाले विचारों मे बहकर, बड़बड़ाना, ओंठ हिलाना, आँख हाथ आदि के सकेतों द्वारा कल्पना करना अनुचित है।

(१५)

यदि आप ऊकड़ूँ अर्थात पजों के बल पृथ्वी पर नितम्ब भाग पृथ्वी पर बिना टिकाए बैठे हों तो इस बात का ध्यान रखो कि आपका कोई गुप्त अंग तो सामने बैठनेवाले को नहीं दिखाई पड़ रहा है?

(१६)

चलते फिरते समय कंकर, पत्थर, मिट्टी, लकड़ी या दूसरी किसी वस्तु को ठुकराते हुए चलना अच्छा नहीं। यह आदत प्रायः फुटबाल के खिलाड़ियों को पड़ जाया करती है, अतएव फुटबॉल प्रेमी विशेष ध्यान दें।

(१७)

टेबल (मेज़), कुर्सी के हत्थे वगैरः बैठने की वस्तु नहीं हैं। बैठने के लिए जो वस्तु नियत हो उसी पर बैठना चाहिए। कई लोग लिखते हुए व्यक्ति की टेबल पर ही बैठ जाते हैं; यह अनुचित है।

(१८)

खेलकूद में या खुशी के समय, चीत्कार करना, कोलाहल मचाना अथवा ज़ोर-ज़ोर से शब्द करना जंगलीपन है। हर्ष में ऐसी आवाज़ें भी अनायास ही निकल जाती हैं अतएव उस समय विचारों पर नियन्त्रय रखना चाहिए।

(१९)

रात के समय जब कि लोग अपने-अपने घरों में सो रहे हों; सड़कों पर व्यर्थ ही बातचीत करते निकलना, होहल्ला मचाना, शोर-गुल करना, बहुत ही बुरी बात है।

(२०)

गर्मी के मौसिम में प्रायः लोग अपने आँगन में, घर के बाहर चबूतरों पर, बाज़ार और गलियों की सड़कों के किनारों पर सोते रहते हैं। इन बाहर सोनेवालों को और लोगों के जगने से पूर्व ही उठ

बैठना चाहिए इसी मे सभ्यता है। क्योंकि नींद में आदमी को अपने वस्त्रों का ख्याल नहीं रहता है।

(२१)

गजेंडी, भँगेडी, मदकची, अफीमची, शराबी, तम्बाकू खाने पीनेवाले और चाय के प्रेमियों से दूर ही रहो। इनका साथ न करो आजकल की सभ्यता मे "चाय" का उच्च स्थान है। किन्तु यह पाश्चात्य सभ्यता है। हमारे यहाँ उत्तम शीतल पवित्र जल आतिथ्य मे प्रयोग होता है, तो पाश्चात्य सभ्यता उबलता हुआ चाय का जहरीला पानी पिलाकर सत्कार प्रदर्शित करता है। नशा मात्र का सेवन हानिकारक है।

(२२)

विद्वान पुरुषो की संगति मे ही अपना समय बिताओ। विद्या-व्यसनी मनुष्यों के पास बैठो, उनकी बातें ध्यान से सुनो और तदनुकूल आचरण करो।

(२३)

बचपन मे लडकों को अधिकतर औरतो मे नहीं रहना चाहिए। नहीं तो इसका परिणाम यह होगा कि उनमे जनानापन उत्पन्न हो जावेगा। ऐसे मर्द जो प्रायः स्त्रियों मे अपना समय व्यतीत करते है, उनकी बातचीत और चाल ढाल में जनानापन आ जाता है

(२४)

एक दूसरे के गले मे हाथ डालकर, कमर मे हाथ डालकर, हाथ मे हाथ डालकर, या कन्धे पर हाथ रखकर खडे होना या चलना-फिरना अनुचित है।

(२५)

लड़कों को चाहिए कि लड़कियों में न खेलें। इसी प्रकार लड़कियों को भी लड़कों के साथ नहीं खेलना चाहिए। लड़के-लड़की जब आठ दस वर्ष की अवस्था के हो जावें तब विशेष रोकने की जरूरत है। लड़के लड़कियों को एकान्त में बातचीत करने या खेलने से मना करो। हमारे देश की सभ्यता बालक-बालिकाओं को साथ रहने और यहाँ तक कि साथ पढ़ने लिखने से भी रोकती है।

(२६)

अक्सर देखा जाता है कि कई असभ्य बाज़ारों में, गलियों में, सड़कों पर जहाँ मनुष्यों का आवागमन होता है, खड़े होकर धक्कम्-धक्का, भूमा झटकी, पकड़ा-धकड़ी करते हैं। एक दूसरे से लिपट-चिपट जाता है और उसे गोदी में उठाते हैं, यह बुरी बात है।

(२७)

रास्ते में चलते समय अपने साथी से इस प्रकार अड़कर—सटकर चलना अनुचित है जो कि उसके चलने में असुविधा उत्पन्न हो।

(२८)

अपने से पूज्य अथवा गुरुजनों के बराबर चलना ठीक नहीं है। उनके पीछे-पीछे चलना चाहिए। जो लोग एक साथ बराबर चलने की चेष्टा करते हैं वे मूर्ख हैं।

(२९)

बाज़ारों में, सड़कों पर या गलियों में जहाँ लोगों के आमद रफ़्त की जगह हो कतार बाँध कर अथवा सड़क में फैलकर मत चलो।

(३०)

सवारी और विशेषतः तेज चलनेवाली सवारियों का मार्ग मत रोको। वे बहुत निकट आजावें तब हटना ठीक नहीं, बल्कि पहले से ही मार्ग छोड़ दो।

(३१)

रास्ते चलती हुई सवारियों से छेड़ छाड़ न करो। मोटर या बाइसिकल के पीछे दौड़ना या इनके आगे लकड़ी पत्थर आदि डालना मूर्खता है।

(३२)

कभी सड़क के बीच पैदल न चलो। किनारों पर ही चलना चाहिए। जिन शहरों में मनुष्यों के चलने के लिए फूटपाथ(Foot-paths) बने हैं, लोगों को उनपर ही चलना चाहिए।

(३३)

रास्ते चलते हुए, विशेषतः बाजारों में कभी कूड़ा कर्कट न फेलाओ। रद्दी कागज, फलों के छिलके, दोने, जली हुई बीड़ी या सिगरट, वगैरः चीजें न डालो। इनके डालने के लिए जो स्थान नियुक्त हों वहीं डालो। या ऐसी जगह डालो जिससे सफाई में कोई अन्तर न आवे।

(३४)

चलते हुए, थूकने की आदत न डालो। यदि थूकना आवश्यक ही हो तो हवा का रुख देख कर थूकना चाहिए। ऐसा न हो कि किसी दूसरे आदमी पर थूक के छींटे जा गिरें।

(३५)

बाज़ारों में या गलियों में चाहें जहाँ पेशाब करने बैठ जाना बेहूदगी है। शहरों में जो स्थान पेशाब के लिए नियुक्त हैं, वहीं पेशाब करो। जहाँ लोगों का भीड़ भड़क्का खूब रहता है, लोग लज्जा त्याग कर पेशाब करने बैठ जाते हैं। यह असभ्यता है। कई दूकानदार अपनी दूकान से नीचे उतर कर, दूकान की ओर मुंह करके चबूतरी के नीचे पेशाब करने बैठ जाते हैं। लोग आते जाते रहते हैं, उन्हें इसका कुछ भी ख्याल नहीं होता। यह बहुत अनुचित है।

(३६)

पीठ पीछे हाथ पकड़कर चलना, कमरपर हाथ रख कर चलना या खड़ा होना भद्दी बात है।

(३७)

चलते वक्त हाथ में बेंत या छाता हो तो उसे हिलाते हुए—घुमाते हुए चलना ठीक नहीं हैं।

(३८)

हाथ की छड़ी या डण्डे को गर्दन पर रख कर और उस पर दोनों हाथ रख कर चलना अनुचित है। इसीतरह कमर के पीछे लट्ठ रखकर और उसमें दोनों हाथों को फाँसकर चलना भी बुरा है।

(३९)

कुछ लोग बैठते समय दुपट्टे या चादर से अपनी कमर और घुटनों को बाँधकर बैठते हैं। यह ठीक नहीं।

(४०)

बैठते वक्त हमेशा सीधे बैठो। कमर को झुकाकर धनुषाकार मत कर दो। सिर को हाथ लगाकर, अर्थात् माथा पकड़कर न बैठो।

(४१)

मुँह मे बीडी या सिगरेट दबाकर यत्र तत्र बाजारों में, गलियों मे या सड़कों पर घूमते फिरना असभ्यता है। वैसे तो तमाखू बीडी सेवन ही आर्य-सभ्यता के विरुद्ध है, इसपर भी आम सड़कों पर धुआँ उगलते फिरना और भी अधिक असभ्यता है। विदेशी शासन के कारण हम लोग घूमते फिरते बीडी सिगरेट पीना अपनी शान समझते है किन्तु विदेशियो के लिए भले ही वह सभ्यता हो भारत के लिए तो उनका अनुकरण असभ्यता है। तमाखू का नशा करना, और वह भी सरे आम करना कैसे ठीक कहा जा सकता है ?

(४२)

चिलम-तमाखू पीने के लिए लोग कपड़े फाड़-फाड़कर जलाते है और किसी भी आसपास के मनुष्य का ध्यान न रखकर वहाँ होली सी फूँकने लगते है। यह जंगलीपन है। चिलम या हुक्का हाथ मे उठाए, पीते फिरना बहुत बुरी बात है।

(४३)

अकारण ही बाजारों मे गलियो मे बाजे वगैरः बजाते हुए घूमना फिरना अनुचित है। बाँसुरी, ढोलक, मुह का बाजा (माउथ हार्मो-नियम) वगैरः बजाते हुए घूमना फिरना असभ्यता है।

८

बातचीत

"यदि हम पक्षपात शून्य होकर, पूर्ण रीति से विचार करें, तो हमें यह मानना पड़ेगा कि भारतवर्ष ही सारे संसार के साहित्य धर्म और सभ्यता का जन्मदाता है।"

ब्राउन

(१)

अपने पूज्य, बड़े, गुरुजन और पद प्रतिष्ठा में जो माननीय हों, उनके साथ, विनय, नम्रता एवं शान्ति पूर्वक बातचीत करना चाहिए बातों में लापरवाही, उद्दण्डता और असंगतता न आने देना चाहिए।

(२)

अपने समवयस्क, मित्र, और परिचित व्यक्ति से ही हँसी, दिल्लगी, मज़ाक़ वग़ैरः करना चाहिए। अपने से बड़े और छोटे मनुष्यों से हँसी-मज़ाक़ शोभा नहीं देता।

(३)

चाहे कितना ही घनिष्ट मित्र क्यो न हो, कितना ही गहरा सम्बन्ध क्यों न हो, कैसा ही लंगोटिया यार क्यों न हो, हंसी-मजाक मे कभी गन्दे और फोश शब्दों का प्रयोग मत करो।

(४)

मज़ाक हमेशा गहरी, अलंकारिक भाषा म और सभ्यता पूर्ण होनी चाहिए। उसी हसी दिल्लगी मे आनन्द है, जो सर्व साधारण लोगों की तो समझ मे ही न आवे और समझदारो को भी थोडी बुद्धि लडाना पड़े। लट्ठमार हँसी, बेहूदी मज़ाक, गवारों का काम है।

(५)

मज़ाक उसीसे करो जो मजाक सहने की शक्ति रखता हो। और दूसरों से मजाक़-दिल्लगी तभी करो जबकि दूसरों की मजाक को सहन करने की शक्ति खुद आपमे हो।

(६)

लोगों के साथ बातचीत करते समय, वह आप से बडा हो या छोटा, महाशय, जनाब, श्रीमान्, मित्र, मेहरबान, भैया, साहब, बाबू, भाई आदि शिष्टाचार सूचक शब्दों का यथावश्यक एवं यथा समय प्रयोग करो।

(७)

किसीकी बात का निषेधात्मक उत्तर देते समय "जी नहीं" और स्वीकृति सूचक उत्तर के लिए "जी हाँ" अथवा अन्य किसी प्रकार के ऐसे ही शिष्ट वाक्यों का प्रयोग करो।

(८)

अपने गुरुजनों, पूज्यों एवं मान्य पुरुषों के खड़े रहते हुए बातें करने पर खुद न बैठे रहो, बल्कि उनके आगे खड़े होकर नम्रतापूर्वक बातचीत करो।

(९)

किसीसे कठोर वचन न बोलो। कड़ा जवाब देने का स्वभाव ही न डालो। वाणी में ही अमृत है, और इसी में विष है।

"कागा काको धन हरे, कोयल काको देय।
मीठे वचन सुनायके, वश अपने कर लेय॥

(१०)

झूठ न बोलो। सदैव सत्य बोलो। प्रिय-झूठ और अप्रिय-सत्य न बोलो।

"सत्यं ब्रूयात्प्रियं ब्रूयान्नब्रूयात्सत्यमप्रियम्।
प्रिय भवनानृतं ब्रूयाद्देष धर्मःसनातनः॥"

(११)

मुँह से गालियाँ निकालना बहुत ही बुरा है। इस बात का ध्यान रक्खो कि, कभी क्रोध में भी मुँह से गाली न निकले। कई लोगों की आदत पड़ जाती है कि साधारण बातचीत करते समय भी गाली बकते रहते हैं। बीच-बीच में गाली बोलना उनका "तकिया क़लाम" सा हो जाता है। मुँह से गाली बकने की आदत बहुत ही बुरी है।

"भद्रंभद्रमिति ब्रूयाद्भद्र मित्येववाबदेत्।"

(१२)

कई मूर्ख लोग अपने मित्रों से, निकट सम्बन्धियों से, ऐस नातेरिश्तेदारों से, जिनसे हंसी मज़ाक़ का अधिकार होता है, गाली आदि का व्यवहार बड़े ही फ़क्र और प्रेम प्रदर्शनार्थ करते है। यह बात नितान्त अनुचित है। ऐसा व्यवहार असभ्यों में ही होता है। गालियां प्रम से भी नहीं बकनी चाहिएँ।

(१३)

मुह स बुरे शब्द निकालना, बुरे मनुष्यों का काम है। गालियां बकना नीचों का काम है। गालियाँ गन्दे मन की सूचक है। आपसी बातचीत में उन माँ बहिनों को जो घरों मे बैठी है, गालियों द्वारा सम्बोधित करना नीचाति नीच मनुष्यों का काम है।

(१४)

जिसके साथ बातचीत अथवा व्यवहार करना हो, पहले उसके स्वभाव का अच्छी तरह अध्ययन करलो। स्वभाव से परिचित होकर यथा योग्य व्यवहार करो। किसी भी अपरिचित व्यक्ति से पहली मुलाकात मे ही परिचित का सा व्यवहार न करने लग जाओ।

(१५)

कई लोगों की आदत होती है कि, अपना पक्ष सिद्ध करने क लिए तथा अपनी बात को पुष्ट करने के लिए, जिद करते है और यहां तक धृष्टता करते है कि जान बूझकर सच्ची बात को भी स्वीकार नहीं करते यह असभ्यता है। उचित तो यह है कि यदि कोई बात सत्य कही गई है और न्याय्य है तो उसको तुरन्त मानलो।

(१६)

जिस भाषा से आप अपरिचित हों, उसके शब्दों का बातचीत में प्रयोग भूलकर भी मत करो वर्ना पोल खुल जायगी और लोग आप पर हँसेंगे। कई लोग जो अंग्रेजी बिलकुल नहीं जानते, बातचीत के समय अंग्रेजी के शब्दों का प्रयोग बीच बीच में करते जाते हैं। यह अनुचित है। क्योंकि अनुचित प्रयोग हो जाने पर कलई खुल जाती है।

(१७)

जिन शब्दों का आपको शुद्ध उच्चारण न मालूम हो उन्हें मत बोलो। कई लोग संस्कृत, अरबी, फारसी और अंग्रेजी आदि भाषाओं के वे शब्द जिनका उच्चारण और यथा स्थान प्रयोग नहीं करना जानते, बोलकर अपना पांडित्य प्रदर्शन करने की चेष्टा करते हैं। इसका परिणाम उलटा होता है—वे मूर्ख सिद्ध हो जाते हैं।

(१८)

अपने मुँह से सदैव शुद्ध, उत्तम, मधुर और शिष्ट वाणी बोलो। क्योंकि रूप रंग से, चाल-ढाल से, पहिनावे से सभ्य और असभ्य उतना नहीं पहचाना जा सकता जितना कि बातचीत से। इसलिए सदैव मधुर और शिष्ट बचन बोलो—

"वशीकरण इक मंत्र है तजिदे बचन कठोर।"

(१९)

बिना पूछे, बिना बुलाये, किसीकी बातचीत में बोलने लगना—दखल देना असभ्यता है। जब कोई आपसे बातचीत करे या पूछे ताछे तभी बोलो, वर्ना चुपचाप सुनते रहो। यदि बीच में बोलना ही हो तो

पहले उनसे बोलने की इजाजत ले लो, तब बोलो। बीच-बीच में चपर-चपर करनेवाला होशियार नहीं बल्कि मूर्ख माना जाता है।

(२०)

जो कुछ बात किसी से कहो, उसे हमेशा पूरा करने का ख्याल रखो। यदि करने का इरादा न हो तो, किसी को बात के लिए भरोसा भी न दो।

(२१)

बहुत से लोगों को देखा है कि बातचीत करते वक्त बीच बीच में "क्या नाम से" "आपके नाम से" "जो है सो" "या प्रकार करके" "क्या समझे" और वाक्यों का प्रयोग करते जाते हैं। यह आदत ठीक नहीं है। इसे भुलाने का प्रयत्न करो।

(२२)

बातचीत करते समय, मुँह, आँख, नाक और हाथों को न मटकाओ। कोई मनुष्य तो बातचीत में सारे शरीर को हिलाते-डुलाते हैं। बातचीत करते समय गर्दन और कमर को लचकाते जाते हैं, यह टेव बुरी है।

(२३)

बातचीत के समय मुँह के आगे अंगुलियाँ लगाकर, या हाथ की मुट्ठी लगा कर बोलने की आदत बहुत बुरी है। प्रायः हिजड़े, जनाने प्रकृति के पुरुष ऐसा करते हैं।

(२४)

बातचीत के समय ध्यान रखो कि व्यर्थ ही आँखें इधर-उधर न

चलें। आँखें मटकाकर बातचीत करनेवाले लोग, बदमाश दुश्चरित्र और असभ्य समझे जाते हैं।

(२५)

जो व्यक्ति जिस भाषा को नहीं समझता। उसके सामने उसका प्रयोग करना मूर्खता है। कुछ लोग अपनी शेखी और विद्वत्ता प्रकट करने की गरज़ से जान बूझकर ऐसा करते हैं, जिन्हें वह समझ न सकता हो।

(२६)

बातचीत सरल और सुगम भाषा में, सीधे सादे शब्दों में करना चाहिए। शब्दाडम्बर बनाते हुए बात चीत करना अनुचित है।

(२७)

अपने से अधिक विद्वान या समझदार के आगे, अपनी वाक्य रचना को गूढ़ अथवा विद्वत्तापूर्ण बनाने की चेष्टा कभी न करो। बल्कि सीधी सादी भाषा में अपने भावों को भली प्रकार प्रकट करदो।

(२८)

बातचीत के समय अपना ध्यान एकाग्र रखो। ध्यान दूसरी ओर मत लेजाओ। यदि बातचीत न करना हो तो उससे नम्रता पूर्वक उस समय के लिए क्षमा मांग लो।

(२९)

अकारण ही बात को लम्बी बढ़ाकर, विस्तार पूर्वक न हो। और ऐसी बात जिससे उस व्यक्ति का; जिससे कि आप बातें कर रहे हो कोई ताल्लुक न हो, मत कहो। बातें करते समय दूसरे का रुख

पहचानो, और यदि वह आपकी बातों के प्रति उदासीनता प्रकट करे तो वार्तालाप बन्द करदो।

(३०)

आप बातें कह रहे हो और श्रोता को नींद आरही हो या ऊब रहा हो तो बात बन्द करदो। उसे जगा जगाकर अपना गीत गाए जाना ठीक नही है।

(३१)

यदि किसीकी इच्छा आपके साथ बातें करने की न हो तो, उसे जबर्दस्ती रोककर, या बैठाकर बातें करने लगना अनुचित है।

(३२)

व्यभिचारी मनुष्यों से दूर रहो। आवश्यकता आपड़ने पर भी उनसे बातचीत टाल दो। बिलकुल ही काम अड़ जावे तो डेढ बात करके अलग हट जाओ।

(३३)

यदि दो व्यक्ति आपस में बातचीत कर रहे हों तो आप उनके पास न जाओ, और न उनकी बातचीत मालूम करने की चेष्टा ही करो। उनके पास जाने की, आज्ञा लेकर जाना उचित है। यदि वहाँ खड़े रहो तो इतनी दूरी पर रहना चाहिए कि बातचीत न सुनाई पड़े।

(३४)

यदि किसी सभा में आप बोलना चाहें तो बिना सभापति की आज्ञा के न बोलो और जब बोलना आरम्भ करो तब पहले सभा-

पति को सम्बोधन करो, तत्पश्चात् औरों को सम्बोधन करना चाहिए। क्योंकि उस समय वहाँ की बातों का उत्तरदायित्व सभापति पर है।

(३५)

यदि कोई व्याख्यान दे रहा हो, और आपको उसके कथन में कोई शंका हो या कुछ बात मालूम करनी हो तो उसी वक्त न बोल उठो बल्कि जब वह व्याख्यान समाप्त कर चुके तब विनीत भाव से सभापति से आज्ञा लेकर, देशकाल के अनुसार बातचीत करो।

(३६)

जहाँ कहीं किसी एक विषय पर चर्चा चल रही हो, वहाँ विषयान्तर उत्पन्न करनेवाली कोई बातचीत अथवा काम न करो। यदि कोई दूसरा ऐसा करता हो तो उसे भी मना करो।

(३७)

बातचीत करते समय इस बात का अच्छी तरह ध्यान रखो, कि, जिससे आप बातचीत कर रहे हों उसे आपकी आवाज़ स्पष्ट सुनाई दे। बहुत आहिस्ता इतने मन्द स्वर में न बोलो कि बेचारे सुननेवाले को बार बार पूछना पड़े या कान लगाकर सुनने का प्रयत्न करना पड़े।

(३८)

इतनी जल्दी भी न बोलो कि लोगों की समझ में ही न आवे।

(३९)

इतनी मन्द गति से, ठहर ठहरकर भी न बोलो कि सुननेवाले उकता जावें, या उन्हें सिर दर्द उत्पन्न हो जावे।

(४०)

बातचीत करते समय अनावश्यक हंसना या मुस्कराना बेहूदगी है।

(४१)

अकारण ही बहुत जोर से चिल्ला चिल्लाकर बातचीत करना ठीक नहीं है।

(४२)

किसीके जरा से उपकार—अहसान—के बदले में "धन्यवाद" "साधुवाद" "शुक्रिया" आदि शब्दों का नम्रता से प्रयोग करो।

(४३)

अपने मुंह से अपनी प्रशंसा कदापि न करो। मनुष्य को ऐसे काम करने चाहिए कि दूसरे लोग खुद ब-खुद तारीफ करने लगें।

(४४)

अगर आपके मुंह पर कोई आपके गुणों का वर्णन करने लगे या प्रशंसा करे तो, अपनेको उस योग्य न बताते हुए नम्रतापूर्वक रोक दो यदि वे आपकी प्रार्थना न माने तो आप वहाँ से हट जाओ। चलते बनो।

(४५)

कई लोगों की आदत होती है कि बात को सुनने और समझने पर भी "ऐं?" "क्या?" आदि प्रश्नार्थक वाक्य बोल देते हैं। यह आदत ठीक नहीं है।

(४६)

बातचीत करते-करते व्यर्थ करुणा प्रदर्शित करना, दीनता दिखाना या रोने लगना ठीक नहीं है।

(४७)

किसीसे बातचीत करते समय, ताने बाजी उद्दण्डता और कठोरता नहीं होनी चाहिए।

(४८)

जब कोई व्यक्ति दूसरे से बातचीत कर रहा हो तो उनके बीच में अपनी बातचीत छेड़ बैठना असभ्यता है।

(४९)

जिससे अन्य पहले बातचीत कर रहे हों, उससे पूरीतरह बात-चीत करचुकने के बाद दूसरे से बातचीत आरंभ करो। एक से अधूरी बातचीत करके दूसरे से बातें छेड़ बैठना अनुचित है।

(५०)

मुहँ से निकालने के पहले शब्दों के भले, बुरे प्रभाव या परिणाम को अच्छी तरह सोचलो। क्योंकि शब्द शक्ति एक महान शक्ति है। इसका दुरुपयोग न करो। व्यर्थ न खर्च करो।

(५१)

देशकाल का ध्यान रखकर ही मुँह से वाक्य निकालना चाहिए। कभी कभी उत्तम और पवित्र शब्द भी देशकाल के अनुसार व्यवहृत न होने पर ग़ज़ब ढा देते हैं। जैसे "रामनाम सत्य है।" यह वाक्य बड़ा ही उत्तम पवित्र और सत्य-पूत माना जाता है, किन्तु इसे विवाह

में भावरों के समय बोलने से अशुभ माना जाता है। क्योंकि यह वाक्य मुर्दे को श्मशान लेजाते समय उच्चारण किया जाता है।

(५२)

इधर उधर कहने की आदत मत डालो। ऐसे आदमी समय आने पर दोनों ओर से अविश्वसनीय सिद्ध हो जाते हैं।

(५३)

किसी दूसरे तक, किसीकी बातको लेजाते समय उसे अतिरंजित न बनादो। यदि कहना हो तो ज्योंकी त्यों और उसी भाव सहित कहो। ऐसी बात जिससे हानि पहुँचती हो, बढ़ाकर न कहो, घटाकर कहना ही ठीक है।

६

खान-पान

"इस समय आवश्यक है कि पश्चिमी देशों में भारतीय सभ्यता का प्रचार किया जाय। लोग प्रकृतिवाद के दुष्परिणामों से ऊबकर भारतीय आत्मज्ञान के सन्देश को सुनने और अपनाने के लिए लालायित हैं।"

—महता जैमिनी

(१)

पानी खड़े-खड़े नहीं पीना चाहिए और पीते समय "डचक डचक" आवाज़ कंठ से न होने देनी चाहिए। कई लोगों की आदत पड़ जाती है कि वे पानी पीते समय गले से एक प्रकार की आवाज़ करते हैं। यह ठीक नहीं। किसी प्रकार की आवाज़ किये बिना भी चुपचाप पानी पिया जा सकता है।

(२)

पानी बहुत धीरे-धीरे या बहुत जल्दी न पिओ। इस प्रकार भी न पीओ कि इधर-उधर गिरने लगे।

(३)

पानी रखने का स्थान स्वच्छ और पात्र पवित्र रखो। गन्दे हाथ या गन्दी चीजें पीने के पानी को कभी न छुआओ। जिस पात्र में पीने का पानी भरा हो, उसमें जूठे बर्तन को न डुबाओ।

(४)

जूठे पात्र को, जिससे पानी पिया हो या जिसमें भोजन किया हो, पानी से धोकर शुद्ध करलेना अनुचित है। मिट्टी या राख वगैर से माजा जाने पर ही शुद्ध समझना चाहिए।

(५)

जिस पात्र से मुंह लगाकर पानी पिया हो उसे किसी के हाथ में न देकर, कहीं रखदो। इस बात का ध्यान दूसरों के घर अवश्य रखना चाहिए।

(६)

अपने घर पानी बगैर पीनेवाले को उसका पानी पिया हुआ जूठा गीलास न मांजने दो।

(७)

पात्र होते हुए अंजली से पानी न पिओ। त्यागी लोगों के लिए यह नियम नहीं है। मनु ने भी लिखा है--

"नवार्यञ्जलिना पिबेत्।"

(८)

पीने से बचे हुए, पैर धोने से बचे हुए और सन्ध्योपासना से बचे हुए जल को फिर काम में नहीं लाना चाहिए।

"पाद्यशेषं पीतशेषं सन्ध्याशेषं च यज्जलम् ।
तज्जलं मदिरातुल्यं ग्राह्य नैव कदाचन ।"

(९)

नशा भूल कर भी नहीं करना चाहिए। नशा करना पाप है। नशे से बुद्धि का नाश होता है। मस्तिष्क में जड़ता उत्पन्न होती है। बुद्धि भ्रष्ट हो जाती है।

"वितेमदं मदायति शरमिवपातयामसि ।
प्रत्वाचरूमिव येषां ते वचसास्थापयामसि ।" (अथर्ववेद)

(१०)

भोजन करते समय खूब मुंह फाड़-फाड़ कर मुँह चलाना ठीक नहीं है। भोजन करते समय मुँह जबान या होठों से किसी प्रकार शब्द न होने दो। कई लोग भोजन करते हुए, कुत्ते के पानी पीने से जो शब्द होता है उसी तरह "चपल-चपल" करते हैं। यह असभ्यता है।

(११)

किसी खाद्यवस्तु को मुँह में लेते समय उतना ही बड़ा ग्रास लो, जितना कि मुंह में समा सके। हाथ से तो बड़ा ग्रास तोड़ना और मुंह के लायक फिर दांतों से काटना तथा शेष भाग दूसरा ग्रास करके खाना असभ्यता है। ग्रास उतना ही तोड़ो जो एक बार ही मुँह में अच्छी तरह समासके।

(१२)

भोजन सामग्री में से बहुत बड़े-बड़े ग्रास तोड़कर मुंह में ठूसना

असभ्यता है और इसी तरह बहुत ही छोटे-छोटे ग्रास लेना भी ठीक नहीं है।

(१३)

यदि दाहिना हाथ नीरोग है तो हमेशा दाहिने हाथ से ही भोजन करना उचित है। बायें हाथ का भोजन करने में उपयोग न करो।

"स्वाध्याये भोजनेचैवदक्षिण पाणिमुद्धरेत्।"

(१४)

भोजन के समय व्यर्थ ही इधर उधर की गप्प लड़ाना या अधिक बोलना ठीक नहीं है। बिलकुल गूंगे बनकर भोजन करना और आवश्यकता आ पड़ने पर भी न बोलना भी अनुचित।

(१५)

भोजन करते समय खाद्य पदार्थों को इस ढंग से धीरे-धीरे और अच्छी तरह उठाओ कि उनका जरासा भाग भी कपड़ों पर या शरीर पर नहीं गिरे। पतले पदार्थों को खाते समय विशेष ध्यान रखो।

(१६)

भोजन करते समय, प्रसन्न, निश्चिन्त और शान्ति पूर्वक बठो। अच्छी तरह अच्छे आसन पर बैठो।

(१७)

भोजन करने का स्थान, तंग, गंदा, बन्द, अंधकार युक्त, धुआं-दार और बेचैनी उत्पन्न करनेवाला नहीं हो—बल्कि हवा और प्रकाश युक्त सुगन्धित स्थान हो।

(१८)

प्रेम द्वारा दिये गए किसी के भोजन को बुरा मत कहो—उसकी आलोचना न करो। बल्कि कोई त्रुटि हो तो उसे प्रकट मत करो। यदि त्रुटियाँ बताने का विशेष आग्रह हो तो, त्रुटियों को ऐसे शब्दों में कहो जो किसी को बुरी न मालूम हो।

(१९)

यदि भोजन करने का अवसर कई लोगों के साथ आवे तो इस अन्दाज से भोजन करो कि साथियों से बहुत पूर्व या बहुत पीछे खाना बंद न हो। यदि बहुत पहले निपट जाओ तो फिर कोई ऐसी चीज खाते रहो, कि मुहँ चलता दिखाई पड़े और देरतक या अधिक खानेवालों को शर्मिन्दा होने का अवसर न उपस्थित हो।

(२०)

भोजन करने वालों की पंक्ति में से, यदि कार्यवश जल्दी उठना हो तो बिना उनकी अनुमति प्राप्त किए न उठो। अपने आसपास बैठकर जीमनेवालों से आज्ञा लेकर उठना ही सभ्यता है।

(२१)

भोजन करते समय चंचल दृष्टि नहीं होनी चाहिए। अपने भोजन पात्र में, और पात्र में रखे हुए पदार्थों पर ही नज़र रखनी चाहिए। इधर-उधर देखना या पास में बैठकर जीमनेवालों के खाद्य-पदार्थों को घूरना ठीक नहीं है।

(२२)

भोजन के समय किसी पदार्थ के न रहने पर, यदि उसे और

खाने की इच्छा हो तो "लाओ, लाओ" का हल्ला न मचा दो। बल्कि जिस वस्तु की आवश्यकता हो उसे विनम्र और धीमे स्वर मे माँग लेना चाहिए।

(२३)

आप जिस खाद्यपदार्थ की आवश्यकता प्रकट कर रहे हो, और आपके माँगने पर उसके बदले दूसरा कोई पदार्थ लाकर रख दिया हो तो, आप उसे स्वीकार लो और अपना इच्छित पदार्थ न माँगो। समझ लो कि जिस वस्तु की आप इच्छा रखते थे वह अब भण्डार मे नहीं रही।

(२४)

किसी के यहाँ भोजन करते समय ऐसी खाद्य वस्तु का नाम न लो, या उसकी प्रशंसा न करो, जो वहाँ न हो या उसके घर मे न हो।

(२५)

भोजन करते समय, रंज पैदा करनेवाले या नफरत दिलानेवाले वाक्यों का प्रयोग न करो। अखाद्य वस्तुओं के नाम भोजन के समय लेना असभ्यता है।

(२६)

लोगों के साथ, पंक्ति मे भोजन करते समय ऐसे बेहूदे तथा भद्दे वाक्यों का प्रयोग न करो, जिन्हे सुनकर दूसरे लोगों को सकोच उत्पन्न हो। जैसे—"मैं क्या राक्षस हूँ जो इतना खाजाऊँ?" इसका फल यह होगा कि यदि कोई अधिक खानेवाला वहाँ हुआ तो बेचारा शरमा जायेगा।

(२७)

भोजन की पंक्ति में कोई अन्य खाद्य वस्तु घर से लाकर या बाजार से मँगाकर, बिना किसी जरूरी कारण के या बिना अपने पंक्ति में बैठे साथियों की अनुमति लिये, न खानी चाहिए। कई लोग जब दूसरों के घर भोजनार्थ जाते हैं, तब चटनी, साग, भाजी वगैरः अपने घर से अपने साथ ले जाते हैं यह अनुचित है।

(२८)

भोजन की वस्तु को भोजन करने वाले व्यक्ति के आगे, पत्तल या थाली में फेंककर डालना असभ्यता है।

(२९)

थाली में कढ़ी या दाल जैसी कोई पतली वस्तु हो तो, उसे सारी थाली में न फैलने देने के लिए पात्र के नीचे अपना पैर लगाकर उसे टेढ़ी रखना गँवारू ढंग है। भोजन के पात्र को पैर कभी नहीं छुआना चाहिए।

(३०)

भोजन को पट्टे या चौकी पर रखकर खाना अच्छी बात है। इसमें सुविधा भी है। किन्तु स्वयं चौकी या पट्टे पर बैठकर और भोजन पात्र को भूमि पर रखकर भोजन करना ठीक नहीं। दोनों ही पट्टेपर हों तो अच्छी बात है।

(३१)

भोजन करते समय पतले या चिकने पदार्थों में अपने हाथ सान लेना ठीक नहीं है इस होशियारी से पतले पदार्थों को खाओ कि हाथ लतफत न हों और कपड़ों पर टपके न गिरें।

(३२)

अंगुलियों को चाट चाटकर साफ करते रहो। परन्तु यह ध्यान रखो कि अंगुलियाँ चाटते वक्त "चटापट" शब्द न हो।

(३३)

भोजन करते समय ध्यान रखो कि खाद्य वस्तु मूछों में या दाढ़ी में न लगने पावे। पतली चीजें खाते पीते समय विशेष ध्यान रखो।

(३४)

भोजन कर चुकने के बाद हाथों को अच्छी तरह खूब पानी से धो डालो। हाथों में अंगुलियों में और नाखूनों में लगी चिकनाई अच्छी तरह धोकर साफ करो। हाथ धोते वक्त इस बात का खूब ध्यान रखो कि किसी दूसरे पर छींटे न उड़ने पावें। हाथ धो चुकने पर हाथों को इस तरह न फटकारो कि दूसरों पर छींटे गिरें।

(३५)

कई लोग भोजन कर चुकने पर मुंह साफ करने के लिए जो कुल्ली मुंह में लेते हैं उसे पी जाते हैं। भोजन के बाद मुंह को और दाँतों की शुद्धि खूब की जानी चाहिए, और खूब अच्छी तरह कुल्ली करना चाहिए। कुल्लियों का पानी पी नहीं जाना चाहिए।

(३६)

दूसरे के यहाँ भोजन का निमन्त्रण जिनके लिए आया हो उन्हें ही जाना चाहिए। पुरुषों को चाहिए कि यदि बच्चों का निमन्त्रण न हो तो उन्हें भी कदापि साथ न ले जावें। हाँ स्त्रियाँ छोटे छोटे ना समझ बालकों को साथ ले जावें तो कोई बुरी बात नहीं है।

(३७)

खाने पीने की वस्तुओं को अपने खाने के पूर्व, यदि हो सके तो वहाँ पर जो लोग उपस्थित हों उन्हें थोड़ा बहुत देकर उनका सत्कार करो। नहीं तो कम-से-कम वचनों द्वारा तो उनका सम्मान अवश्य ही करदो।

(३८)

भोजन आरंभ करने के पूर्व, दूसरे जो लोग इष्टमित्र वगैर: वहाँ उपस्थित हों तो उन्हें "आइए" "भोजन कीजिए" "प्रसाद लीजिए" "तशरीफ लाइए" आदि वाक्यों से सत्कृत करो।

(३९)

जब कोई सम्मान प्रदर्शनार्थ, भोजन करने के लिए बुलावे, और आपको भोजन नहीं करना हो तो नम्रतापूर्वक आप उन्हें कहिए "कीजिए लक्ष्मी-नारायण" "भोग लगाइए", "कीजिए बिसमिल्लाह" आदि।

(४०)

यदि किसी खाद्य वस्तु को, कोई लोगों में बाँट रहा हो तो, उससे माँगना नहीं चाहिए और न उस वस्तु को घूर घूर कर देखना ही चाहिए। कुछ भक्त लोग देवता के प्रसाद को प्राप्त करने में इस नियम के विरुद्ध आचरण करना सभ्यता की सीमा के अन्दर मानेंगे, परन्तु माँगकर प्रसाद लेना भी अनुचित है।

(४१)

अव्वल तो तमाखू पीना ही बुरा है। लेकिन जो लोग अपनी आदत से लाचार हैं उन्हें कमसे कम अपने पूज्य पुरुषों के सम्मानार्थ, उनके

सामने तम्बाकू सेवन नहीं करना चाहिए और जो लोग तम्बाकू मे परहेज रखते है, उनकी सुविधा का भी ध्यान रखकर तम्बाकू खाना या पीना चाहिए। इसी प्रकार पवित्र स्थानों मे तथा जहा लिखा हो 'तमाखू पीना मना है' वहां भी नहीं पीना चाहिए।

(४२)

चलते-फिरते, घूमते-टहलते खाना पीना ठीक नहीं है। स्वास्थ्य की दृष्टि से भी हानिकार है। खाने की चीजों को जेब मे भरकर खाते रहने की आदत प्राय: बचपन से पड जाती है। माता पिता का कर्त्तव्य है कि अपने बच्चों की आदत न बिगाड़े।

(४३)

लेटकर, पडे हुए खाना-पीना असभ्यता है। बीमारी की दशा मे जब निर्बलता अधिक हो और चिकित्सक उठने बैठने से मना करता हो तब लेटे-लेटे खाने-पीने मे कोई हानि नहीं है।

(४४)

मार्ग मे, द्वार के बीच बैठकर भोजन करना -खाना-पीना अनुचित है।

(४५)

सूर्योदय के समय, सूर्यास्त के समय, और ग्रहण के समय भोजन करना ठीक नहीं है।

(४६)

रातदिन पान मत चबाते रहो। कई लोग इतने ज्यादा पान खाते है कि उनका मुंह कभी पान से खाली नहीं रहता। एक नहीं, दो नहीं,

दिन भर में पचासों चर जाते हैं। इस प्रकार रात दिन खाते रहना नितान्त असभ्यता है।

(४७)

किसी दूसरे के घर पहुँच कर, किसी खाद्य वस्तु को प्राप्त करने की लालसा से उसे घूर-घूर कर मत देखो। यदि कोई ऐसी वस्तु रखी भी हो तो उससे नज़र हटालो।

(४८)

चारपाई, खाट, पलंग, आसन गोदी और हाथ में भोजन पात्र रखकर कभी भोजन न करो।

"शयनस्थो न भुंजीत न पाणिस्थं न चासते।"

(४९)

जूते पहने हुए खाना विदेशी सभ्यता भले ही हो, किन्तु भारतीय सभ्यता इसके विरुद्ध है। मनु ने लिखा है:—

"सोपानहच्च यद्भुंक्ते तद्वैरक्षांसि भुञ्जते।"

(५०)

हुक्का पीना भारतीय-सभ्यता के विपरीत है। चलते-फिरते, हाथ में हुक्का उठाए उसे गुड़गुड़ाते फिरना अनुचित है। कई लोग तो पाखाने में भी हुक्का ले जाते हैं, और वहाँ पीते रहते हैं; यह असभ्यता की पराकाष्ठा है।

(५१)

कई लोग किसी तरह का नशा नहीं करते, किन्तु होली के दिनों में अपने इस प्रण को वे ढीला कर देते हैं और भंग, माजून वगैरा

मादक द्रव्य सेवन करते है। यह बात अनुचित है। नशे का सेवन सर्वदा बुरा है, वह चाहे फिर होली में हो या दिवाली में। बुरी चीज हमेशा बुरी है।

(५२)

खान-पीने की चीजों को कभी मत लांघो। उनमें धूल, मिट्टी, या गन्दी चीज जो पैर में लगी रहती है गिर जाने की सम्भावना है। इसलिए खाद्यसामग्री को लाँघना अनुचित है।

(५३)

मांस कभी नहीं खाना चाहिए। मांस खाना असभ्यता है। मांस मानव प्राणी का खाद्य पदार्थ नहीं है। प्रकृति ने मांस भोजी प्राणियों की और शाक भोजी प्राणियों की रचना में भेद रखा है। मांस भोजियों को चीर-फाड़ डालनेवाले तेज पने नाखून और दाँत दिये हैं। साथ ही उनकी पाकस्थली की रचना भी भिन्न प्रकार की है। मनुष्य के दाँत, नाखून और पाकस्थली उसका शाक भोजी होना सिद्ध करते है। जो थलचर प्राणी जीभ से "लपलप" करके पानी पीते हैं वे ही मांस भोजी है। जो होठों से चूसकर पानी पीते है वे सभी शाक भोजी हैं, यह प्राकृतिक नियम है। ऐसे विविध प्रमाणों से, मांस मनुष्य की खुराक सिद्ध नहीं होता। जो मांस खाते हैं वे असभ्य हैं।

(५४)

प्याज, लहसुन आदि पदार्थ यद्यपि अनेक रोग नाशक है तथापि, दुर्गन्धयुक्त और तमोगुण—प्रधान होने के कारण, भारतीय सभ्यता ने इन्हें त्याज्य कहा है।

(५५)

बाजारों या गलियों में बैठकर, खड़े होकर, या चलते-फिरते कोई वस्तु मत खाओ पीओ। कई लोगों की आदत है कि वे दूसरों के सामने कुछ न कुछ खाते रहना ही बड़प्पन एवं प्रतिष्ठा समझते हैं। परन्तु यह भूल है। रात दिन खाना पशुओं का काम है।

(५६)

बाजार में बैठकर मिठाई या चाट के दोने मत चाटो। यह छोटे लोगों का काम है।

(५७)

भारतीय-सभ्यता एक पात्र में अनेक मनुष्यों को बैठकर भोजन करने की आज्ञा नहीं देती। एक दूसरे की जूँठन खाना अनुचित है। जूठन खाने से छूत के बहुत से रोग एक दूसरे में पहुंच जाते हैं। हैजा, चेचक, उपदंश, क्षय, दमा आदि अनेक रोग सहज ही एक से दूसरे में जूँठन द्वारा पहुंच जाते हैं।

(५८)

चाय कदापि सेवन न करो। यह नशा है। इसमें 'टैनिन' नामक विष होता है। जो पेट पर भयानक प्रभाव करता है। चाय पीना भारतीय सभ्यता नहीं बल्कि पाश्चात्य सभ्यता है।

(५९)

खाने पीने की चीजें, लोहा, ताम्बा, काँसी, पीतल, चाँदी, सोना आदि धातु निर्मित पात्रों में अथवा वृक्षों के पत्तों से बने हुए पत्तलों अथवा दोनों में रखना चाहिए। मिट्टी के बर्तनों में भोजन करना ठीक नहीं है।

(६०)

खाने पीने की चीजों के लिए, लड़ाई, झगड़ा, मारकूट, या वाद-विवाद नहीं करना चाहिए। जो लोग खाने-पीने की चीजों के लिए लड़ते-झगड़ते हैं वे असभ्य हैं।

१०

पारस्परिक व्यवहार

"भारतीय-सभ्यता आध्यात्मिक आधारशिला पर रची गई है। इसीलिए उसमें संसार को स्वर्ग-धाम बनाने की शक्ति विद्यमान है। इस मनुष्य जीवन का उद्देश, संसार में आकर केवल खानापीना और आमोद प्रमोद नहीं है, इससे भी आगे कर्त्तव्य है। यह बात पाश्चात्य सभ्यतावालों को अभी सूझी ही नहीं है।

—नरदेव शास्त्री

(१)

थूकते वक्त या कुल्ली करतेवक्त, इस बात का बखूबी ध्यान रखो कि किसी दूसरे पर छींटे न उड़ें। हवा का रुख देखकर कुल्ली करना या थूकना चाहिए।

(२)

घर में का कूड़ाकर्कट, फलों के छिलके, कागज़ जूठे दोने या ऐसी ही दूसरी वस्तुओं को बाहर फेंकते समय इस बात का ध्यान रखो कि किसी रास्ता चलते मनुष्य पर न गिरें।

(३)

इसी प्रकार घर के बाहर पानी वगैरह फेंकते हुए भी ध्यान रखो कि किसी आने जाने वाले पर न गिरे।

(४)

किसी से कुछ वस्तु लेकर, उसे मजाक में भी फेंक कर न लौटाओ। जो चीजों को रूक्षतापूर्वक न देकर, फेंककर देते हैं, वे असभ्य हैं। लेते समय जिस तरह लिया था, लौटाते समय उससे भी अधिक विनय दिखलाते हुए लौटाओ।

(५)

चीज को फेंककर लौटाना, उस वस्तु का और जिसे लौटाया गया है उस व्यक्ति का अपमान है। सभ्य मनुष्य को उचित है कि लौटाते समय वस्तु धन्यवादपूर्वक, दोनों हाथों से, कृतज्ञता प्रकट करते हुए वापस दे।

(६)

जो वस्तु जिस व्यक्ति के लिए दुर्लभ है—अप्राप्य है, वह वस्तु उसे दिखा-दिखाकर बारबार काम में लाना असभ्यता है।

(७)

यदि कोई व्यक्ति छुपाके पादना चाहता और फिर भी उसका शब्द हो ही जाय तो, उस वक्त यदि आपको हंसी आई हो तो, टाल देना चाहिए।

(८)

यदि आप दतौन वगैरह करके अपना मुँह अच्छी तरह, साफ

नहीं रखते हैं तो, किसी के मुंह के पास मुँह मत ले जाओ। दतौन न करने से, तम्बाकू पीने से मुँह में असह्य बदबू आती है, जिसका खुद को कुछ भी पता नहीं रहता। इसलिए दूसरे को अपने मुँह की बदबू से तंग न करो। जो लोग प्याज, लहसुन, जरदा, तमाखू, शराब आदि पीते-खाते हैं और जो मुंह साफ नहीं रखते, वे दूसरे को बदबू पहुँचाने की कदापि असभ्यता न करें।

(९)

जिस किसीसे मिलने जुलने का जो टाइम निश्चित करो, उससे ठीक उसी समय मिलो। आवश्यक कामों को छोड़कर भी वक्त की पाबन्दी करो। यदि किसी अत्यावश्यक कार्य के आजाने से समय न हो तो भी उससे समय पर मिलकर, अपनी विवशता प्रकट करदो और छुट्टी मांगलो—अपने वचन को अवश्य निबाहो। यदि जाकर मिलने का भी समय न हो तो ठीक समय पर अपने न आने की सूचना क्षमा प्रार्थना-पूर्वक भेजदो।

(१०)

किसी से, मजदूरी के लिए पैसों से अधिक मेहनत लेने की इच्छा न करो। और न मजदूरी के लिए पैसों से कम काम करने की इच्छा ही करो।

(११)

किसी दूसरे की कोई वस्तु यदि अपने द्वारा बिगड़ जाय, अथवा खोजाय तो उस चीज के मालिक की जैसे हो सके वैसे तुष्टि करो। सबसे उत्तम तो यही है कि उसको वैसी ही दूसरी वस्तु दीजाय।

(१२)

मेले, बाजार, हाट, अथवा मनुष्यों के भीड़ भड़क्के में से गुज़रते समय यदि किसी को आपसे धक्का लग जाय तो उससे तत्काल "क्षमा कीजिए" "मुआफ़ करना" आदि वाक्य बोलकर उसकी नाराजी हटादो।

(१३)

जो मनुष्य नींद में बेहोश हो, उसके साथ किसी भी तरह की छेड़ छाड़, हंसी दिल्लगी करना असभ्यता है। कई गंवार, सोते हुए व्यक्ति का कपड़ा या चोटी वगैरह किसी दूसरी चीज़ से बांध देते हैं, मुँह को कालिख लगा देते हैं, हाथ में जूती पहिनाकर कान में या नाक में बत्ती करते हैं इत्यादि कार्य महान असभ्यता सूचक हैं।

(१४)

यदि कोई सो रहा हो तो, उसके पास ऐसा कोई काम मत करो जिससे उसकी नींद में खलल पहुंचे। पास से गुजरते समय पैरों का शब्द न होने दो आहिस्ता-आहिस्ता चलो। शोर गुल न करो। किसी प्रकार की गड़बड़ न करो।

(१५)

अगर कोई तुम्हें गाली दे रहा हो तो तुम भी गाली न देने लग जाओ। क्योंकि गाली बकना असभ्यता है। उस असभ्य को उत्तर देने के लिए स्वयं असभ्य मत बनो। हलके और छोटे व्यक्ति ही गालियाँ बकते हैं।

(१६)

कई हलके लोग दूसरों को बदनाम करने, अपना मतलब गांठने,

अथवा डराने धमकाने के लिए दीवारों पर गन्दी बातें लिख देते हैं। यह असभ्यता है। लेकिन इन अविचार लोगों की बातों पर ध्यान देकर, उनके लिखे के नीचे अपनी ओर से गन्दी बातें लिखना और भी ज्यादा असभ्यता है।

(१७)

जहाँ कहीं ऐसी गन्दी बातें लिखी देखो उसे फौरन ही किसी तरह साफ करदो। असभ्यों की हर्कतों को व्यर्थ करने का काम यदि सभ्य अपने हाथ में लेलें तो बहुत कुछ उपकार हो सकता है।

(१८)

रेल वगैरः की सवारी में यात्रा करते समय अपनी सुविधाओं का ही ध्यान न रखो बल्कि अपने पास बैठनेवाले मुसाफिरों की तकलीफ और आराम पर भी ध्यान दो।

(१९)

रेल की खिड़कियों में इस तरह अड़कर न बैठो और न खड़े होओ कि लोगों को शुद्ध वायु का मिलना मुश्किल हो जावे। ठंड के मौसिम में खिड़कियाँ खोलकर दूसरे लोगों को कष्ट पहुँचाना भी अनुचित है। अपने सब साथियों के दुःख सुख का ध्यान रखो।

(२०)

रेल के डिब्बे में यदि दूसरों के बैठने के लिए स्थान खाली हो तो, अपने आराम के लिए दूसरों को अन्दर घुसने से न रोको। उन्हें आने दो, झगड़ा न करो। दूसरे यात्रियों के बाहर चले जाने का झूठा बहाना बनाकर उन्हें धोखा न दो। बल्कि यदि स्थान हो तो

घबराए हुए, जगह प्राप्ति के लिए भटकते हुए लोगों को बुलाकर बिठाना सभ्यता है।

(२१)

रेल के डिब्बे में जब उतने लिये हुए यात्रियों से अधिक मनुष्य बैठे हों तो उसमें घुसना असभ्यता है। प्रायः रेल के कर्मचारी भी ठसाठस भरे हुए डिब्बे में और ज्यादा ठूँस देते हैं, यह असभ्यता है।

(२२)

रेल के डिब्बे में बैठने की पटरी पर बिना किसी कारण विशेष के टांग फैलाकर या सामान फैलाकर बैठना अनुचित है। यह कैसी विचित्रता है कि एक यात्री तो खड़ा हुआ मुंह ताके और एक सोता रहे या टाँग फैलाकर बैठा रहे। ऐसे लोग जो दूसरे के अधिकारों का हरण करते हैं असभ्य हैं।

(२३)

पान सुपारी वगैर, चीज जब मुँह में हों तो दूसरे से बातचीत करते वक्त इस बात का ध्यान रखो कि किसी पर थूक न उड़ने पावे। और इसका भी ध्यान रखो कि खुद अपने कपड़ों पर भी पान का पीक वगैर' न गिरने पावे।

(२४)

हंसी-दिल्लगी, प्रायः जी बहलाने या चित्त में प्रसन्नता उत्पन्न करने के लिए की जाती है। ऐसा हंसी-मजाक कभी न करना चाहिए जिससे किसी को बुरा मालूम हो। रात दिन हंसी-मजाक भी अच्छा नहीं। क्योंकि कहा है

"रोग का घर खाँसी, लड़ाई का घर हाँसी।"

(२५)

बिना आज्ञा प्राप्त किए, किसी की सवारी, आसन और पलङ्ग पर मत बैठो।

(२६)

जिससे, जितने पैसे, जिस काम के लिए ठहरा लिये हों, उसे वह काम हो जाने पर उतने ही पैसे दो। कम देने की कोशिश करना अनुचित है, अन्याय है।

(२७)

धोबी, नाई, भंगी, चमार, कुम्हार, भाट, कापड़ी आदि मनुष्यों की मजदूरी हमेशा पूरी दो। इन्हें यदा-कदा कुछ अधिक, या इनाम वग़ैरः देकर प्रसन्न रखो। ये लोग प्रसन्न होकर कीर्त्ति, और अप्रसन्न होने पर अपकीर्त्ति करते हैं।

(२८)

किसीके सिर के बाल पकड़कर न खींचो, और न सिर में मारो ही। प्रायः, जब कोई खोपड़ी घुटाकर आता है तब उसके मित्र-वर्ग उसकी मुँडी हुई खोपड़ी में चपतें जमाते हैं। यह असभ्यों का मज़ाक है।

(२९)

अगर किसी के सिर पर से साफा, पगड़ी टोपी वग़ैरः गिर पड़े तो हँसने न लगो। गम्भीरता धारण करलो। उसकी झेंप कम करने के लिए दूसरी ओर देखने लगो या ऐसा बहाना करलो मानो उस ओर ध्यान ही नहीं है।

(३०)

किसी के पास जो वस्तु न हो, अथवा पास होते हुए भी, जिससे पाने की आशा न हो उससे कदापि वह वस्तु न मांगो।

(३१)

ऐसा अनजान व्यक्ति जिसे आपसे कोई सम्बन्ध न हो, असमर्थता से या आपत्तिवश, यदि कोई काम करने मे समर्थ न हो तो उसकी सहायता अवश्य करो। अन्तरात्मा की प्रेरणा पर उसका हाथ न बंटाना असभ्यता है।

(३२)

जिस किसी ने आपके साथ उपकार किया हो, अवसर मिलते ही उपकार का बदला चुकाने में भूल न करो।

(३३)

किसी की गुप्त बात अथवा कार्य आपको मालूम हो तो बिना किसी प्रबल कारण के, क्रोधी अथवा अदूरदर्शिता के वेग में, प्रकट न करो।

(३४)

किसी व्यक्ति को अचानक चमकाने का प्रयत्न न करो। कभी-कभी इसका इतना भयङ्कर परिणाम होता है कि मनुष्य को बड़ा ही पश्चात्ताप करना पड़ता है।

(३५)

यदि भूल से किसी की कोई वस्तु आपके पास आ गई हो या अधिक आ गई हो तो, उसे उसकी वस्तु वापस लौटा दो। कभी-कभी

कई लोग परीक्षा के लिए भी जान बूझकर अधिक वस्तु दे देते हैं।

(३६)

किसीकी दैनिक दिन-चर्या, जो उसने अपनी डायरी या नोटबुक में लिखी हो, बिना उसकी आज्ञा के देखने या पढ़ने की असभ्यता न करो।

(३७)

किसी के जेब में से बाहर दिखनेवाली वस्तु जैसे रूमाल, काग़ज़, पेंसिल, फाउन्टेनपेन, वग़ैरः खींचकर न निकाल लो। यह काम असभ्यों का है।

(३८)

भूल से किसीने यदि आपका कुछ नुकसान कर दिया हो—या अनजान में हो गया हो तो जान बूझकर उसी वक्त उसका नुकसान करने का इरादा कदापि न करो।

(३९)

तोतले या हकला कर बोलनेवाले की नकल न करो। इससे उसके दिल को दुःख होगा।

(४०)

लँगड़े, लूले, काने, अन्धे और इसी तरह के अंगहीन, दीन मनुष्यों की नकल या उपहास मत करो। उन गरीबों को न चिढ़ाओ।

(४१)

किसी दूसरे की वस्तु को लालच वश न उठाओ कई लोग दूसरा के स्वभाव और आदत की परीक्षा के लिए भी कुछ वस्तु रख देते हैं,

और इसी पर से उसके ईमानदार या बेईमान होने का अनुमान कर लेते हैं।

(८२)

हंसी दिल्लगी करने के लिए भी किसी वस्तु को उसके मालिक की गैर हाजिरी में मत उठाओ, मत छिपाओ। यह बात कभी-कभी चोरी की सीमा तक पहुंच जाती है।

(८३)

बिना आज्ञा प्राप्त किए दूसरे की वस्तु को न छुओ—और न उठाओ।

(८४)

होली के दिनों में कई असभ्य लोग, आलू, गाजर, शलजम, लकड़ी वगैरा में गन्दे शब्द खोदकर ठप्पा बना लेते हैं और आते जानेवाले लोगों के वस्त्रों पर, रंग में भिगो-भिगो कर छाप लगा देते हैं। यह असभ्यता है।

(८५)

जो जाति या धर्म जैसे मुसलमान, ईसाई इत्यादि, होली के त्योहार को नहीं मनाते, उनपर रंग, गुलाल आदि वस्तुएं बिना उनकी अनुमति के मत डालो।

(८६)

होली के दिनों में, गोबर, कीचड़, मूत्र, मल, तथा ऐसी ही दूसरी गन्दी चीजें दूसरों पर मत डालो। जो डालते हैं वे असभ्य हैं। अबीर गुलाल, रंग, केसर, अरगजा, सुगन्धित जल, इत्र आदि से लोगों का सत्कार करना सभ्यता है।

(४७)

जिसका अपराध हो, उसे ही उस बारे में जो भी कुछ भला बुरा कहना हो कहो। व्यर्थ किसी का दोष किसी और के सिर मंढना ठीक नहीं है। "कुम्हार जब कुम्हारी का कुछ न कर सका तो बेचारे गधे के कान ऐंठे।" वाला मसला न करो।

(४८)

जो वस्तु जिससे ली हो, वह उसीको लौटाओ। अर्थात् जो उस वस्तु का सच्चा अधिकारी है उसीको दो—किसी दूसरे को मतदो।

(४९)

किसी की वस्तु माँगी हुई लेकर, उसे हज़म न कर जाओ। उसका दूसरा मालिक है—आपका उसपर अधिकार ही क्या है?

(५०)

जिससे, जितने दिन के लिए, जिस शर्त्त पर, जो वस्तु लो; उसे उतने ही दिन में शर्त्त के अनुसार सुरक्षित लौटा देना चाहिए।

(५१)

जिससे आप यथा समय कोई वस्तु माँग कर लेते हैं और वह दे देता है, तो यदि वह व्यक्ति कभी आपसे कोई वस्तु माँगे तो देने से इन्कार न करो।

(५२)

प्रत्येक देश की व्यवहारिक सभ्यता में थोड़ी बहुत भिन्नता अवश्य रहती है। इसलिए विदेशी मनुष्यों के साथ बहुत ही सभ्यता से व्यवहार करो। ऐसा न हो कि कहीं आप उनकी नजर में बदतमीज़ ठहरें।

(५३)

भयानक प्राणियों के मृत शरीर से, किसी पर डाल कर या छुआ कर—मत डराओ। सर्प बिच्छू आदि जीवों के मृत शरीर को दूसरे लोगों पर फेंक कर उन्हे चमकाना असभ्यता।

(५४)

यदि आप किसी के पास सो रहे हों तो, इस बात का ध्यान रखो कि आपका कोई अग जैसे हाथ या पाँव दूसरे पर निद्रितावस्था में न जा गिरें।

(५५)

यदि आप किसी से कोई पुस्तक माँगकर पढने लगे है और वह फट जावे, खराब हो जावे या खो जावे तो, उसे उसके बदले मे नई पुस्तक मँगाकर देना चाहिए। क्योंकि उसने आपको पढने के लिए पुस्तक दी थी, न कि खराब करके लौटाने या खो देने के लिए।

(५६)

यदि किसीको बुलाना हो तो, उसके नाम को सम्मान सूचक शब्दों मे उच्चारण करो। और दो चार बार से अधिक न पुकारो।

(५७)

किवाड अथवा अन्य स्थानों के छिद्रो मे से चुपचाप अकारण ही आँखें लगाकर किसी के घर मे अन्दर की ओर देखना असभ्यता है।

(५८)

किसी के प्रति कुछ अहसान करके उसे जताने का प्रयत्न मत करो। और न उसका बदला पाने की आशा ही करो। किसी के साथ

किए हुए उपकार को लोगों में प्रकट करते फिरना, ओछे मनुष्यों का काम है।

(५९)

यदि कोई मेहमान या इष्ट मित्र आप के घर आया हो तो आपको उसके पास उपस्थित रहना चाहिए। उस समय यदि कोई आवश्यकीय कार्य ही आजावे तो, उसके लिए आगन्तुक महाशय से आज्ञा प्राप्त करो।

(६०)

किसी की कोख में, बगल में, या अंग के दूसरे भागों में गुदगुदाना और खासकर कई लोगों के सामने ऐसा व्यवहार करना असभ्यता है।

(६१)

जिससे एकबार प्रेम किया हो—घनिष्ट मित्रता रही हो, उससे यथा सम्भव वैर न करो। यदि कारणवश मनोमालिन्य का अवसर आ ही जाय तो, उसे अपने मन में छिपा रक्खो, दूसरे लोगों पर प्रकट न करो।

(६२)

अचानक पीछे से जाकर, किसी की आँखें मूँदना या उसे चमका देना अनुचित है।

(६३)

किसी की वस्तु को, मौका मिलते ही छिपा कर, उसके बदले में मिठाई या पैसे लेने की चेष्टा करना बुरी बात है।

•

(६४)

किसी की खोई वस्तु यदि आपको मिल जावे तो उसके स्वामी से उसके बदले में कुछ प्राप्त करके लौटाना अनुचित है।

(६५)

अपने घर आए भिक्षुक को यदि आप कुछ देना नहीं चाहते तो उसे झिड़को मत, बल्कि प्रेम पूर्वक मीठी वाणी से उसे चले जाने के लिए कहो।

(६६)

बालकों को चाहिए कि अपने साथियों से और सहपाठियों से कभी लड़ाई झगड़ा न करें, बल्कि प्रेमपूर्वक भाई भाई की तरह रहें।

(६७)

अपने मैले हाथों को किसी दूसरे व्यक्ति के वस्त्र से चुपचाप पोंछने का विचार मत करो।

(६८)

किसी के शरीर पर पहने हुए धार्मिक चिह्न जैसे जनेऊ, गण्ड, तावीज, सेली, मंगलसूत्र आदि को अकारण ही न छुओ और न खींचो।

(६९)

किसी की मेहनत का बदला दिये बिना न रहो। यदि वह उस वक्त अपने श्रम का बदला लेने से इन्कार करे तो फिर कभी किसी दूसरे बहाने उसका पारश्रमिक किसी न किसी रूप में चुका दो।

(७०)

अगर कोई चूल्हे के पास, अर्थात चौके में भोजन कर रहा हो

तो ऐसे समय लकड़ी बुझाना या अन्य किसी तरह से धुआँ उत्पन्न करना असभ्यता हैं।

(७१)

यदि चौके में सखरी निखरी (कच्ची पक्की) रसोई का ध्यान रखा जाता हो, तो उसी के अनुसार आचरण करो। किसी की सखरी (कच्ची) रसोई में—चौके में—आप तभी घुसें जब कि वह आपके हाथ को कच्ची रसोई खाता पीता हो अन्यथा भूल कर भी चौके में न जावें। पक्की में अधिक छूतछात का ध्यान नहीं रखा जाता है।

(७२)

किसी के यहाँ से वी० पी० द्वारा कोई वस्तु, मंगाकर उसे लौटा देना महान् असभ्यता है। यदि वी० पी० लौटाना ही हो तो न मंगाना ही अच्छा है। विचार करने के बाद ही वी० पी० भेजने का आर्डर (Order) भेजो। वी० पी० लौटाने वाले का विश्वास उठ जाता है और वी० पी० भेजनेवाले की डाकखर्च पेकिंग वगैरः मेहनत व्यर्थ जाती है। इस प्रकार दूसरे को हानि पहुंचाना असभ्यता है।

(७३)

कभी कभी देखा जाता है कि लोगों ने वी० पी० द्वारा कोई वस्तु मँगाई और वह उन्हें पसंद न आई तब वे झुँझलाकर फर्जी नाम से उसी को आर्डर भेजते हैं। वी० पी० आती है और पता न लगने के कारण लौट जाती है। ऐसा करने से उनका मतलब उसे हानि पहुँ-चाना होता है। यह असभ्यता है।

(७४)

झूठे विज्ञापन देना, और दांव पेंच भरी भाषा से लोगों को धोखा देना असभ्यता है। कई दूकानदार अपनी फूटी-टूटी दूकान और कम्पनी का नाम बड़ा भड़कीला रख कर चीज़ों का विज्ञापन देते हैं। और रद्दी चीजें ग्राहकों को देते हैं। यह महा अनुचित ही नहीं साफ धोखा है। यह विज्ञापन का घृणित और महा नीचतापूर्ण तरीका है।

(७५)

किसी के लाड प्यार मे रखे हुए ओछे नाम को, उस नामवाले व्यक्ति को बुलाते समय, आप उच्चारण न करें। वह नाम उन्हीं के मुँह से ठीक जंचता है जो उस नाम को बोलने के सच्चे अधिकारी है, या जिन्होंने वह नाम रखा है।

(७६)

देखने के लिए अथवा किसी अन्य कारण से किसी के सिर की टोपी, पगडी या साफ़ा अपने हाथों आप न उतार लो, बल्कि उससे नम्रता पूर्वक माँगकर लो।

(७७)

यदि आपने कहीं पर किसी की निन्दा, बुराई सुनी हो और जिसकी निन्दा की गई हो उसे आप यदि सुनी हुई निन्दाजनक बात कहना चाहते हों तो एकान्त में कहो—लोगों के सामने चर्चा न करो।

(७८)

यदि किसी ने आपसे कोई गुप्त बात कही हो, और उसे प्रकट

करने के लिए आपको मना कर दिया हो तो, आप उसे गुप्त ही रखें। प्रकट करने की असभ्यता न करें।

(७९)

ज़बानी बातों का जवाब जबान से ही देना चाहिए और लिखित बातों का उत्तर लिखकर ही दो। लिखी बात का जबानी और जबानी बातचीत का लिखा हुआ उत्तर बिना किसी कारण विशेष के कदापि न दो। वाद-विवाद के समय अथवा शास्त्रार्थ के समय इस बात का विशेष ध्यान रखने की जरूरत है।

(८०)

किसी चीज़ को देखकर उसे प्राप्त करने के लिए ललचा न उठो। उसे अकारण ही न माँगो। क्यों कि यदि उसने नहीं दी तो आपके दिल को बहुत दुःख होगा; और आप उससे माँगेंगे इसलिए उसे भी दुःख होगा।

(८१)

दूसरों की चीज़ों को बिना उसके मालिक की आज्ञा के कदापि काम में न लाओ। खासकर के उसकी प्रिय वस्तुओं को बिना पूछे कभी प्रयोग न करो। किसी की मशीन या हथियार वग़ैरः तो बिना पूछे कदापि न छुओ।

(८२)

दूसरे की वस्तु को बेपरवाही से काम में न लाओ, बल्कि बहुत ही सावधानी से प्रयोग करो। अपनी वस्तु से भी अधिक उसे सँभाल-कर रखो।

(८३)

नाई लोग हजामत बनाते समय, प्रायः चोटी, मूछ, नाक, कान, और गालों का चमडा खूब जोर से खींच-तानकर बाल बनाते हैं। ऐसे नाई असभ्य और गँवार हैं।

(८४)

कई गवार नाई अस्तुरे वगैरः को अपने पाँवों की पिंडलियों पर या हाथ की हथेलीपर लौटते पलटते हैं और काटे हुए बालो को पोछते हैं। यह गन्दगी है।

(८५)

दूकानदारों को चाहिए कि अपने यहाँ आए हुए ग्राहकों से मीठा बोले और चीजें दिखाने में या भाव बताने में झुंझलाहट और रूखा-पन न बतावें।

(८६)

व्यापारियो को तथा दूकानदारों को चाहिए कि ग्राहको से झूठी कीमत न बोले। और अच्छी चीज का मूल्य लेकर, खराब चीज उसके सिर न मढ दें।

(८७)

जिन दूकानों पर तरुण स्त्रियाँ बैठकर दूकानदारी करती हो, उन दूकानों पर तरुण सभ्य पुरुषों को सौदा खरीदने नहीं जाना चाहिए।

११

आदर-सत्कार

"भारतवर्ष सर्वथा सभ्य है और उच्चकोटि का सभ्य है।"

सरजॉन वुडरफ

(१)

अपने से पद, वय, विद्या और मान में बड़े, व्यक्ति का आदर करो। न स्वयं इनका अनादर करो और न दूसरों से कराओ।

(२)

अपने पूज्य गुरुजनों को, जिनके प्रति आप आदरभाव रखते हों, जब कभी सामने आजावें या मिलें तब उन्हें प्रणाम अवश्य करो। उन्हें देखकर आंखें बचाना, या मुँह छिपाना असभ्यता है।

(३)

दिन में थोड़ी-थोड़ी देर बाद यदि एकही आदरणीय व्यक्ति से भेंट हो तो बार बार प्रणाम न करो। अधिक समय बाद एक ही व्यक्ति से अनेक बार प्रणाम करना उचित होता है।

(४)

प्रणाम करते समय लापर्वाही नहीं होनी चाहिए । हृदय में श्रद्धा, भक्ति, प्रेम रखकर ही प्रणाम करो ।

"अभिवादन शीलस्य नित्यवृद्धोपसेविन ।
चत्वारो तस्यवर्द्धन्ते आयु कीर्तिर्यशोबलम् ॥"

(५)

अपने पूज्य तथा मान्य जनों को आते देखकर उनका स्वागत करने के लिए कुछ आगे बढ़कर, उनसे प्रणाम करो ।

(६)

अपने पूज्यों के पैर छूते समय अपने दाहिने हाथ से उनका दाहिना और अपने बाए हाथ से बायाँ पैर छुओ ।

(७)

माता-पिता, गुरु और अपने पूज्य जनो के चरणो का नित्य प्रात.काल श्रद्धाभक्ति पूर्वक स्पर्श करना चाहिए । और बराबरवालों से यथायोग प्रणामभिवादन करलेना चाहिए ।

(८)

जिनसे नित्य प्रणाम करते हो, उससे कभी प्रणाम करना और कभी न करना असभ्यता है ।

(९)

अपने बराबरवालों से भी और उम्र में कुछ छोटे व्यक्तियों से भी प्रेम प्रदर्शनार्थ 'नमस्कार', 'नमस्ते,' 'वन्देमातरम्'आदि अभिवादक शब्दों का प्रयोग करके—प्रणाम करो ।

(१०)

जो उम्र में, पद में, प्रतिष्ठा में, बुद्धि में या काय में अपने समान हों और आपस में प्रणाम का व्यवहार चालू हो तो सदा दूसरे के द्वारा पहिले प्रणाम की आशा न करो; बल्कि सभ्यता इसी में है कि उसके पहिले ही आप उससे प्रणाम करलो।

(११)

अपना पूज्य अथवा वयोवृद्ध व्यक्ति यदि कारण विशेष से आपका सम्मान करने के लिए प्रणाम करे तो इस बात का ध्यान रखो कि उन्हें आपसे पहले प्रणाम करने का मौका ही न मिलने पावे। वे प्रणाम करें उसके पूर्व ही आपको प्रणाम करना चाहिए।

(१२)

बिना किसी कारण विशेष के दूर से ही चिल्लाकर प्रणाम सूचक वाक्य बोलना असभ्यता है।

(१३)

यदि कोई अपने मुंह से प्रणाम सूचक वाक्य विशेष बोलकर प्रणाम करता है तो आप भी उसके प्रणाम का उत्तर मुंह से बोलकर ही दो। गूँगे बनकर खाली सिर न हिलादो।

(१४)

प्रणाम करने की भारतीय प्रथा दोनों हाथ जोड़ना और बुजुर्गों के पैर छूना है, अतएव जब किसीको प्रणम करो तो दोनों हाथ जोड़कर करो। सिर को एक हाथ लगा कर प्रणाम करने की पद्धति भारतीय नहीं—विदेशी है।

(१५)

हाथ खाली होने पर प्रणाम के लिए हाथ नहीं उठाना और मुह से ही बोलकर प्रणाम करना अनुचित है।

(१६)

यदि आपसे कोई प्रणाम करे और आप जान बूझकर उसका उत्तर न दें तो बड़ी असभ्यता है। ऐसा कभी न करो।

(१७)

जब किसीसे प्रणाम करो तो, इस बात का ध्यान रखो कि कोई भद्दी अथवा अशुभ वस्तु हाथ में न हो। जैसे झाड़ू (बुहारी) या डण्डा वगैरः। यदि डण्डा, बेत या छड़ी हाथमे लिए प्रणाम करना हो तो इस बात का ध्यान रखो कि वह नीचे की ओर लटकता रहे। प्रहार करने के लिए उठाए जाने वाले डण्डे की तरह न हो।

(१८)

जिससे आप प्रणाम करना चाहते है, और आपके तथा उसके बीचमे कोई व्यक्ति हो तथा वह व्यक्ति आपको देख रहा हो तो उसके अलग हो जाने पर या ऐसा मौका देखकर प्रणाम करो कि, उस बीच के मनुष्य को अपने लिए प्रणाम करने का धोखा न हो।

(१९)

अपने पूज्य पुरुषों के साथ चलते फिरते समय यदि कोई दूसरा व्यक्ति आपको प्रणाम करे तो बहुत ही लुका छिपा कर उसके प्रणाम का उत्तर दो।

(२०)

इसी प्रकार यदि आपके साथी पूज्य पुरुष को कोई अभिवादन या प्रणाम करे तो आप उसके प्रणाम का उत्तर देने की असभ्यता न करें।

(२१)

जिस प्रकार दूसरे देशों अथवा जातियों में प्रणाम सूचक वाक्य विशेष मुकर्रर हैं उस तरह भारत में और विशेषतः हिन्दू जाति में प्रणाम का कोई तरीका या वाक्य निश्चित नहीं है। ऐसी दशा में प्रणाम के लिए एक या दो वाक्यों का निश्चित कर देना सहज काम नहीं है। इसलिए प्रणाम में उत्तम, अर्थयुक्त, मधुर और नम्रता सूचक वाक्यों का प्रयोग ही उत्तम है। जिस वाक्य को आप प्रयोग करें उसमें नमन सूचक शब्द अवश्य हो। केवल "जय जय" कर देने से प्रणाम सूचित नहीं होता। प्रणाम का यह जय सूचक वाक्य निरर्थक और बुद्धिशून्य है।

(२२)

जब कोई पूज्य पुरुष अपने घर आवे तो उसे उठकर मान दो। यदि आप स्वयं किसी उच्च आसन पर बैठें हों तो, वह उसके लिए खाली कर दो; आप किसी दूसरे आसन पर बैठ जाओ। इसी प्रकार जब वह वापस जावे तो उसके साथ साथ कुछ दूरतक जाकर शिष्ट शब्दों में उसका सत्कार कर विदा करदो।

"अभिवादयेद्धि वृद्धांश्च दद्याच्चैवासनं स्वकम् ।
कृताञ्जलिरुपासीत गच्छतः पृष्ठतोऽन्वियात् ।"

(२३)

किसी मनुष्य के अपने घर आने पर, आइए, पधारिए, गृह-पवित्र कीजिए, विराजिए, तशरीफ लाइए, इत्यादि प्रेम भरे शब्दों से नम्रता दिखलाते हुए स्वागत सत्कार कीजिए।

(२४)

अपने यहाँ आए मनुष्य की इच्छा देखकर, "कैसे कृपा की ?" "कैसे कष्ट किया ?" "किधर रास्ता भूल गए ?" "क्या आज्ञा है ?" आदि प्रेमपूर्ण शिष्ट वाक्यों को बोलते हुए, उसके आने का कारण पूछो। तत्पश्चात शिष्टतापूर्वक बातचीत आरम्भ करो।

(२५)

अपने घर आए हुए का, यदि वह आपका शत्रु भी हो तो अनादर मत करो। घर आए शत्रु का प्रेमपूर्वक सत्कार करो। यह आपके हृदय की विशालता का सूचक होगा। घर आए शत्रु से वैसा ही व्यवहार करो, जैसा कि आप सर्वसाधारण से करते हो।

(२६)

अपने पूज्यजनों के सामने पैर पर पैर रखकर मत बैठो और न उनसे ऊँचे आसन पर ही बैठो।

(२७)

यदि किसी का अपने प्रति थोड़ा सा भी उपकार हो तो "मैं आपका आभारी हूँ" "कृतज्ञ हूँ" "अहसानमन्द हूँ" आदि वाक्यों द्वारा उसका सम्मान करो।

(२८)

अपने मान्यपुरुषों के बराबर चलने या बैठने का विचार मन में भी मत रखो। किसी के साथ चलने फिरने से मनुष्य वैसा नहीं बन जाता बल्कि आचरणों द्वारा मनुष्य सम्मान अथवा अपमान प्राप्त करता है। इसलिए ऐसे काम करो कि लोग आपका मान करें। कई लोग न कुछ होते हुए भी अपने से बड़े लोगों के बराबर बैठने या चलने में अपना गौरव समझते हैं—यह असभ्यता है। ऐसे लोग गँवार समझे जाते हैं।

(२९)

मुसाफिरी में, यान में, वाहन पर, अथवा आपत्काल में अपने मान्य-पुरुषों के साथ चलना फिरना, उठना बैठना पड़े तो कोई हानि नहीं।

(३०)

अपने घर पर आए हुए व्यक्ति का, जल, अन्न, पान सुपारी, इत्र आदि स्वागतोपयोगी द्रव्यों से स्वागत सत्कार करो। भारतीय सभ्यता में "आतिथ्य" एक महान् यज्ञ है।

(३१)

यदि अपने घर आए व्यक्ति का आतिथ्य पानसुपारी आदि से करना हो तो, उसके आते ही सत्कार करो अन्यथा फिर उसके जाते समय करो।

(३२)

सत्कार के लिए दीजानेवाली वस्तु खुद अपने हाथ से उठाकर किसी को मत दो, बल्कि उसके आगे करदो वह स्वयं ले लेगा।

(३३)

यदि कोई सत्कार के लिए पान, सुपारी, लौंग, इलायची इत्र वगैरः आपके सामने करे तो धन्यवाद पूर्वक उसमें से यथावश्यक लेलो और बाद में आपके सामने उक्त वस्तुओं को उपस्थित करने वाले से हाथ जोड़कर प्रणाम करो।

(३४)

यदि आदर सत्कार में कोई मादक पदार्थ हो तो उस लेने से स्पष्ट इन्कार करदो। सत्कार में बीड़ी, सिगरेट, हुक्का, चिलम, चाय वगैर का उपयोग भारतीय-सभ्यता के विरुद्ध कार्य है।

(३५)

यदि कोई व्यक्ति आपके सामने खाने-पीने की वस्तु आदर प्रदर्शनार्थ उपस्थित करे तो, उसे अधिक मात्रा में लेने की इच्छा न करो बल्कि इस बात का ध्यान रखते हुए इतनी लो कि, किसी की आँखों में न खटके। साथ ही इस बात का ध्यान भी रखना चाहिए कि वह वस्तु वहाँ पर मौजूद सभी लोगों को मिल सके।

(३६)

जलसे में, सभा-सोसायटी में, फर्श पर, या जमीन पर पड़ी हुई पान, सुपारी, इलायची आदि वस्तुओं को बीनकर मत खाओ।

(६७)

आपको, जाते ही यदि गृहस्वामी ने पान सुपारी वगैरः नहीं दी हो, और कुछ देर ठहरने—बैठने के बाद दे तो, उस आतिथ्य को

स्वीकार करके वहाँ से चल देना चाहिए। इस प्रकार बीच में दी गई पान सुपारी को वहाँ से चले जाने की मूक भाषा समझो।

(३८)

यदि आप मादक द्रव्य सेवन करने के अभ्यासी हों तो अपने घर आए सज्जन को उसके सेवन का आग्रह करना अनुचित है। बल्कि उसके सामने नशे की चीज़ खाना-पीना असभ्यता है।

(३९)

किसी से पृथक होते समय, "आज्ञा हो" "इजाजत दीजाय" "आपका बहुत अमूल्य समय नष्ट किया" आदि शिष्टाचार सूचक वाक्य बोलकर वहाँ से अलग होना चाहिए।

(४०)

आते समय—मिलने पर जो प्रणामादि मान प्रदर्शक वाक्य कहे थे वे ही वाक्य वहाँ से बिदा होते समय—बिछुड़ते समय आपस में बोलना आवश्यक हैं। अर्थात् जाते समय भी प्रणामादि करके वहाँ से जाना चाहिए।

(४१)

किसीके पहिनने के वस्त्रों को, और खासकर सिरपर धारण किये जाने वालों को, पैर से न छुओ। यदि भूल से पैर लग जावे तो, अपनी भूल स्वीकार करने के लिए उसे उठाकर अपने सिर से लगाओ।

(४२)

किसी निकटस्थ व्यक्ति के शरीर को, चलते फिरते, उठते बैठते भूल से आपका पैर छूजावे तो उसके उस स्थान को जहाँ पैर छुआ

हो, अपने हाथ स छूकर हाथ को सिरसे लगालो। या उससे क्षमा माँगो।

(८३)

अपने वयोवृद्ध, पूज्य, पिता, गुरु, बड़ा भाई आदि क वस्त्र न पहिनो। इनके सिर पर धारण करने के वस्त्रो को न पहिन ने का विशेष ध्यान रखो। इनके जूते और खड़ाऊँ भी न पहनो और न इनके बैठने के आसन पर ही बैठो।

(४८)

यदि कोई व्यक्ति आपको सत्कार रूप मे कुछ दना चाहता है और वहाँ आपका कोई माननीय मित्र या गुरुजन भी उपस्थित है तो आपका कर्त्तव्य है कि पहले आप उस वस्तु को न लें और अपने गुरुजन आदि के ले चुकने के पश्चात् ग्रहण करें।

(८५)

यदि आप चारपाई या पलङ्ग पर लेटे हुए हैं और कोई आपसे मिलने आता है तो उसे आप सिरहाने की ओर बिठाओ और आप खुद पैताने की तरफ बैठो।

(८६)

यदि आप स्वस्थ हैं और लेटे हुए हैं, और इसी बीच कोई आदमी आपसे मिलने आता है, तो उठ बैठो। लेटे मत रहो। लेट कर बातचीत करना असभ्यता है।

(४७)

अपना पूज्य या मुखिया यदि किसीके आदर सत्कार प्रदर्शनार्थ

खड़ा हो तो, जितने भी वहाँ व्यक्ति उपस्थित हों सबको खड़े हो जाना चाहिए। और उसके बैठ जाने पर या चले जाने पर ही सबको बैठना चाहिए। यदि व्याख्यान कथा उपदेश वगैरः हो रहा हो तो वहाँ ऐसा नहीं करना चाहिए।

(४८)

यदि मन्दिर में, कथा में, अथवा किसी महात्मा के उपदेश देते समय वहाँ कोई सरकारी उच्च अधिकारी आवे तो उसके सम्मानार्थ खड़े होना अनुचित है।

(४९)

परदेश जाते समय, दूसरे ग्राम जाते समय, विदेश अथवा किसी गाँव से लौटकर आते समय, बहुत दिनों के लिए पृथक होते समय, बहुत दिनों बाद लौटकर आने पर, और संस्कार वगैरः से संस्कृत होने पर, अपने पूज्यों के पैर छूकर आशीर्वाद प्राप्त करो।

(५०)

अपने पूज्य, मान्य एवं गुरुजनों से क्रोध में भी कटु वचन न कहो। इनसे सदा विनीत होओ। इनके साथ लड़ाई झगड़ा और वितण्डा करना असभ्यता है। जो अपने माननीय व्यक्ति पर नाराज होते हैं या उनके प्रति कड़े एवं अपमान सूचक शब्दों का प्रयोग करते हैं वे अत्यन्त नीच मनुष्य हैं।

(५१)

यदि कोई महाशय सत्कार, शिष्टाचार प्रदर्शनार्थ आपके सामने वस्तु उपस्थित करके उसे लेने या उसमें से ले लेने का आग्रह करे तो

उसे फौरन लेने को उद्यत न हो जाओ, बल्कि पहले आभार प्रदर्शन करते हुए लेने से इन्कार करो। यदि विशेष आग्रह हो तो थोड़ी बहुत लेकर उसकी अभिलाषा पूर्ण करो।

(५२)

किसीको देखकर प्रणाम करने के लिए हाथ उठाकर, गर्दन, कान, नाक, मुँह, सिर, आदि अंग खुजलाने न लग जाओ। कई असभ्य जान बूझकर सामने वाले को धोखा देने के लिए ऐसा करते हैं। यदि कहीं ऐसे अंगों में खुजाली भी चले तो किसी सामने वाले को प्रणाम आदि का धोखा न हो जाय, इसलिए सम्भल कर खुजलाना चाहिए। अपने हाथ को खुजलाने के लिए इस ढंग से ले जाओ कि किसीको भ्रम ही न हो।

(५३)

किसी उत्सव, सभा या समाज में पहुँचने पर वहाँ के उपस्थित सभ्यों को प्रणाम अवश्य कर लेना चाहिए।

(५४)

बहुत दिनों में मिलनेवाले अपने प्रेमी से जिसके साथ समानता का व्यवहार हो हाथ मिलाना चाहिए। लोगों का ऐसा अनुमान है कि हाथ मिलाने की परिपाटी पाश्चात्य है, किन्तु हाथ मिलाना भारत की अति प्राचीन सभ्यता है। द्वापर में हाथ मिलाने की प्रथा का होना पाया जाता है। बराबरवाले या छोटी उम्रवाले का आलिंगन करना चाहिए।

(५५)

चुम्बन लेकर छोटे बालकों के प्रति प्रेम प्रदर्शन करना आर्य-

सभ्यता नहीं है। यह पश्चात्य-सभ्यता है। भारतीय सभ्यता बालकों का केवल सिर सूँघने की अनुमति देती है।

(५६)

आपके घर भोजन करनेवाले महाशय को, उसके जूठे पात्र न उठाने दो। या तो खुद आप उठाओ या कोई दूसरा प्रबन्ध करो। अपने अतिथि के जूठे पात्र उठाना धर्म है। यदि आप न उठा सकते हो तो, किसी दूसरे से उठवा दो। परन्तु उसे कदापि न उठाने या मांजने दो।

(५७)

अपने जूठे पात्र, पत्तल, दोने, फलों के छिलके गुठली वगैरः चीज़ें जहाँ तक हो, अपने पूज्यवयोवृद्ध और वर्ण तथा विद्या में ज्येष्ठ मनुष्य से उठवाने का विचार भी न करो। यदि कोई विशेष प्रबन्ध न हो तो, अपना जूठा खुद फेंको और पात्रों को माँजो।

(५८)

अपने परदेशी सम्बन्धियों को मित्रों को और माननीय व्यक्तियों को जब वे आप से बिदा हों तो उन्हें थोड़ी दूर तक अपने गाँव से बाहर पहुँचाने के लिए जाना चाहिए। इसी प्रकार यदि उनके आगमन की सूचना प्राप्त हो जावे तो आगे जाकर सम्मान-पूर्वक अपने घर लाना चाहिए, ताकि उन्हें ज़रा-सा भी कष्ट अनुभव न हो।

(५९)

अपने घर आए व्यक्ति से अवश्य वार्त्तालाप करो। यदि बातचीत के लिए कोई विषय न हो तो, कुशल समाचार तथा ऐसी ही इधर-उधर की बातें करने लगो। जल, भोजन आदि के लिए प्रश्न करना

चाहिए। ऐसा न हो कि आप उससे बोलें ही नहीं और वह बुरा मान जावे।

(६०)

ऋषि, मुनि, सन्यासी, तपस्वी, महात्मा आदि यदि आपके घर आवें तो, उनके चरणों को जल से धोकर अपने मस्तक से लगाना, घर मे छिडकाना, उनकी प्रदक्षिणा, आरती करना, परोपकारार्थ उनके चरणो मे द्रव्य भेंट करना इत्यादि भारत की प्राचीनतम सभ्यता है। यह विधान अत्यन्त पूजनीय महापुरुषों के लिए है। सच्चे ऋषि मुनियों का ही आदर इस प्रकार होना चाहिए। जो ढोंगी, पाखण्डी, स्वार्थी और धूर्त्त मनुष्यों का, ऋषि मुनियो की तरह आदर सत्कार करते है, वे मूर्ख है।

(६१)

अपने अध्यापक को अत्यन्त पूज्य दृष्टि से देखना चाहिए। भारतीय-सभ्यता अपने ज्ञानदाता आचार्य का ईश्वरवत आदर करने का आदेश देती है। वर्तमान पाश्चात्य शिक्षा ने भारतियों के हृदय से गुरु भक्ति का नामोनिशान मिटा दिया है। यहाँ तो-

"गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णु गुरुर्देव महेश्वर ।
गुरु साक्षात्परब्रह्म तस्मै श्री गुरुवे नम ॥"

ऐसे उच्च विचार गुरु के प्रति किसी युग मे रक्खे जाते थे।

(६२)

जिससे एक अक्षर भी सीखा हो, उसका आदर करो। जो लोग इसके विरुद्ध आचरण करते है वे नीच है, कृतघ्न है।

(६३)

लोगों को अपने यहाँ भोजनार्थ बुलाकर उन्हें भोजन करने के लिए बिना कुछ बिछाए ज़मीन पर बिठाना असभ्यता है। निमन्त्रित व्यक्तियों को अच्छे आसनों पर आदरपूर्वक बिठाओ। भोजन करने के स्थान को सुगन्धित द्रव्य जलाकर सुगन्धमय करदो।

(६४)

जहाँ लोग भोजन कर रहे हों, वहाँ बीड़ी, सिगरेट, हुक्का चिलम पीकर बदबू न फैलाओ। वहाँ गन्दा धुआँ उड़ाना असभ्यता है।

(६५)

किसीके नामोच्चारण के पूर्व, श्रीयुत्, श्रीमान्, पंडितजी, सेठजी, ठाकुरसाहब, महाशय आदि योग्य शब्द लगाना चाहिए। नाम के अन्त में "जी" शब्द ज़रूर लगा देना चाहिए। अपने से छोटों के नाम के साथ "जी" न लगा कर आरंभ में भाई, चिरंजीवि आदि शब्दों का प्रयोग करना चाहिए। जिनका आप, नामोच्चारण करना असभ्यता समझते हों उनके पद, उपनाम आदि से सम्बोधित करो। जैसे मिश्रजी, चौबेजी, वर्माजी, गांधीजी, इत्यादि।

(६६)

यदि किसीका नाम मालूम करना हो तो "आपका नाम क्या है?" इस तरह पूछना असभ्यता है। नाम पूछने के लिए "श्रीमान का शुभ नाम?" "इस्मशरीफ़?" "आपका इस्ममुबारक?" आदि आलङ्कारिक वाक्यों का प्रयोग करना चाहिए।

(६७)

अपना नाम बताते समय "इस शरीर का नाम" "आपके सेवक का नाम" इत्यादि वाक्य लगाकर अपना नामोच्चारण करना चाहिए। अथवा "मुझे (नाम) कहते हैं।" कभी अपने नाम के आगे पीछे सम्मान सूचक शब्द स्वयं न लगाओ। हमेशा अपना छोटा-सा नाम बताओ। अपने नाम के साथ "जी" "पंडित" "साहब" आदि लगाना मूर्खता का चिह्न है।

(६८)

जिन्हें आप पूज्य दृष्टि से देखते हो, उन्हें किसी प्रकार का थोड़ा बोझा लेकर भी मत चलने दो। उनका बोझ उनके इन्कार करते रहने पर भी आप उनसे लेलो। इसी प्रकार यदि आपके किसी मित्र के पास बोझा हो और आप खाली हाथों हो तो उसे उठालो।

(६९)

गृहस्थ को चाहिए कि, सन्ध्या समय अपने घर आए हुए व्यक्ति का अच्छी तरह आतिथ्य करें। उसके सोने बैठने तथा भोजन आदि का भी यथाशक्ति प्रबन्ध कर दो।

(७०)

आज कल लोग घर आए हुए को सत्कार प्रदर्शनार्थ उस मादक पदार्थ जैसे चाय, तम्बाकू, बीड़ी, सिगरेट, कसूंबा, शराब आदि देते हैं। यह आसुरी सभ्यता है। पाश्चात्य संसर्ग से ही अथवा मूर्खता के कारण ही ऐसी सत्कार-प्रथाएं प्रचलित हो गई हैं।

अतिथि सत्कार के समय निम्न बातों का ध्यान रखो। यह हमारे देश की अति प्राचीन सभ्यता है। लोगों ने इसे भुला दिया है और केवल देव प्रतिमाओं की पूजा में इसे जोड़ दिया है—

आवाहन—आगन्तुक महाशय को, आइए पधारिए, आदि कहा कर स्वागत करना।

आसन—बैठने के लिए आसन देना।

पाद्य, अर्घ्य—पैर, हाथ धोने के लिए पवित्र एवं उत्तम जल देना।

आचमन—बाद में कुछ पेय पदार्थ, जल दूध आदि देना।

स्नान—स्नान के लिए जल देना। स्नान कराना।

वस्त्र—धोती वगैरः वस्त्र बाँधने को देना।

यज्ञोपवीत—नवीन जनेऊ पहनने को देना।

चन्दन—सुगन्धित द्रव्य चन्दनादि लेपन करना।

अक्षत—खूबसूरती के लिए गन्ध में चावल वगैरा चिपकाना।

पुष्प—फूलमाला, पुष्प, गुलदस्ता वगैरः देना।

धूप—सुगन्धित द्रव्य जलाना, जिससे अतिथि का मन प्रसन्न हो।

दीप—यदि सन्ध्या समय हो तो दीपक जलाना।

नैवेद्य—भोजन कराना।

ताम्बूल—पान का बीड़ा देना।

यह षोड़शोपचार नामक विधि भारतीय आतिथ्य की प्राचीन प्रथा है।

१२

पढ़ना-लिखना

"भारतीय प्राचीन सभ्यता का आधार अधिकतर आन्तरिक तथा आत्मिक होने के कारण उसमें ऐहिक तथा पारलौकिक-उन्नति के लिए योग्य मेल था। शारीरिक, मानसिक, आत्मिक, वैज्ञानिक, पारिवारिक, सामाजिक, राष्ट्रीय सब प्रकार की उन्नति उसके अन्तर्गत थी।"

डा० जेम्सक जिन

(१)

लिखते हुए व्यक्ति की आज्ञा प्राप्त किये बिना उसका लिखा हुआ, पढ़ने की कोशिश भूल कर भी न करो। बहुत से लोग इस हरकत से बाज नहीं आते। ऐसे लोगों को बिलकुल असभ्य कहना चाहिए।

(२)

यदि कोई मनुष्य लिख पढ़ रहा हो तो, उसके पीछे, खड़े रहकर चुपचाप पढ़ने की चेष्टा करना अनुचित है।

(३)

यदि दृष्टि में किसी प्रकार का दोष नहीं है तो, बिलकुल आँखों के पास कागज को लेजा कर पढ़ना या लिखना बुरी बात है।

(४)

कई लोगों की आदत होती है कि, पेन्सिल से लिखते समय उसकी नोक को मुंह में लेकर थूक लगाते हैं। ऐसा करने से अक्षर कुछ अधिक काले हो जाते हैं किन्तु यह आदत ठीक नहीं है। कोमल (Soft) पेन्सिल से बिना थूक लगाए ही अच्छा लिखा जा सकता है। पवित्रता की दृष्टि से भी पेन्सिल को मुंह में लेना ठीक नहीं है। क्योंकि पेन्सिल में सरेस लगता है, जो एक निकृष्ट चीज है और यह भी संभव है कि पेन्सिल को किसी दूसरे ने भी मुँह में ली हो।

(५)

कई घिनौने बालक, अपनी स्लेट (Slate) पट्टी पर लिखे अक्षरों को थूक लगाकर साफ करते हैं, यह आदत बहुत ही बुरी है।

(६)

लिखते समय कलम और हाथ स्याही में लतपत न करो। इतनी होशियारी से लिखना चाहिए कि, कलम ऊपर तक स्याही से सराबोर न हो और हाथ को स्याही का जरा भी दाग न लगने पावे।

(७)

कलम में स्याही उतनी ही भरो कि छींट कर कम न करना पड़े। कलम में खूब स्याही भर कर, इधर उधर फटकार कर, दीवारें या फर्श खराब करना असभ्यता है।

(८)

दावात में से स्याही लेते वक्त, कलम को उसमें जोर जोर से मत पटको। बल्कि इतने आहिस्ता कलम डुबोओ कि आवाज न हो।

(९)

लिखते वक्त इस बात का खूब ध्यान रखो कि, बदन पर, कपड़ों पर, और कागज़ पर स्याही का एक भी छींटा न गिरने पावे।

(१०)

कई लोग कलम साफ करने के लिए उसे अपने बालों में पोछ लेते है। यह असभ्यता है। स्याही में एक प्रकार की बदबू होती है, इसके अलावा यदि बाल बड़े न हुए तो चमड़ी पर स्याही के निशान लग जाते है। बालो मे यदि तेल हुआ तो कलम चिकनी हो जाती है, जिससे लिखने में बड़ी तकलीफ होती है।

(११)

कई लोगों की आदत होती है कि हाथ में कलम आते ही कुछ न कुछ लिखना आरंभ कर देते है। जो चीज़ सामने आई उसी पर लिखना आरम्भ हो जाता है। धीरे धीरे यह मर्ज इतना बढ़ जाता है कि फिर अच्छे-अच्छे कागज और पुस्तकों पर भी लिख देने में ज़रा देर नहीं करते। यह असभ्यता है।

(१२)

इसी तरह कुछ लोगों की आदत होती है कि कैंची हाथ में आते ही उसे चलाने लगते है। जो कुछ सामने आया उसी पर हाथ साफ किया। ठाले बैठे कागज ही काटा करते है यह बुरा है।

(१३)

प्रायः देखा गया है कि असभ्य लोग छपी हुई पुस्तकों में भी चाहे जो अण्ट-शण्ट बातें लिख मारते हैं। पुस्तकें पढ़ने के लिए हैं न कि लिखने के लिए। अपनी या दूसरे की पुस्तक पर कुछ भी न लिखो। इसी प्रकार समाचार पत्रों और मासिक-पत्रों पर भी कुछ नहीं लिखना चाहिए। दूसरे से मांग कर, पढ़ने के लिए लाई हुई चीजों का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

(१४)

जब किसीको कोई बात सुनानी हो तभी बोलकर पढ़ना चाहिए, अन्यथा चुपचाप मन ही मन पढ़ना ठीक है।

(१५)

बहुत से लोग पुस्तक बांचते समय बोलते तो नहीं, परन्तु होंठ हिलाते हैं। आंखें वग़ैरा चलाकर इशारे और भाव भंगी भी करते हैं, यह आदत बुरी है।

(१६)

बिना आज्ञा-प्राप्त किए, किसी के पत्र-व्यवहार को जानने या पढ़ने की इच्छा करना बहुत ही बुरा है। किसी के दफ्तर में जाकर वहाँ के काग़ज़ पत्रों को पढ़ने की चेष्टा करना असभ्यता है। जब कि आपका उन काग़ज़ पत्रों से कोई सम्बन्ध ही नहीं तब पढ़ने का प्रयत्न भी क्यों किया जाय? माना कि आप दफ़्तर के कर्मचारी के अथवा मालिक के सम्बन्धी हैं या मित्र हैं, किन्तु दफ्तर की कार्यवाही को जानने की चेष्टा का नाम सम्बन्ध या मित्रता नहीं है।

(१७)

साप्ताहिक अथवा मासिक पत्रों को गोल मोल घडी करके या तोड-मरोड कर जेब मे या हाथ मे रखने का ढग बहुत ही बुरा है। ऐसा करने से वे खराब हो जाते है। थोडे ही समय मे मरे हुए पक्षी के पंखों की तरह कागज़ अस्त व्यस्त होकर बिखर जाते है।

(१८)

पुस्तकों पर बैठना अनुचित है। उनको पैर से न छुलाओ, और उनके पृष्ठ न मुडने दो।

(१९)

जो बात दूसरों के लिए लिखो उसमे पढनेवालों की सुविधा का भी ध्यान रखो। अक्षर साफ और शुद्ध लिखो ताकि पढनेवालों को किसी प्रकार का कष्ट न हो। बहुत जल्दी-जल्दी और न पढे जाने-वाले अक्षरों के लिखने मे पाण्डित्य न मान बैठो। हमेशा यह ध्यान रखो कि अक्षर साफ सुथरे सुवाच्य और शुद्ध हो। पत्र व्यवहार मे विशेष ध्यान रखो।

(२०)

किसी दूसरे की पुस्तक यदि आप मांगकर पढने के लिए लाए है तो उस पर अपना नाम अथवा और कोई बात न लिखो। यहाँ तक कि आप पुस्तक के मालिक का नाम लिखने तक की कृपा न करें। पुस्तक मैली न होने दो, पृष्ठों के कोने न मुडने दो।

(२१)

पुस्तकें अथवा दूसरी पाठ्य सामग्री ऐसी जगह न रखो जहाँ से उन्हे बालक उठाकर खराब कर सकें।

(२२)

पाठशाला में, पढ़ने लिखने के अतिरिक्त, खेलकूद, लड़ाई झगड़ा, मारकूट, घूमामस्ती, वग़ैरः अन्य कार्य न करो। हमेशा इस बात को ध्यान में रखो कि, पढ़ने के समय पढ़ो, और खेलने के समय खेलो।

(२३)

जिस किसी से पुस्तक पढ़ने के लिए, माँगकर लाए हो उसे पढ़कर तुरन्त लौटा दो। इस बात की राह न देखो कि बिना माँगे पुस्तक न लौटाई जाय!

(२४)

अगर आपको पुस्तकें पढ़ने का समय नहीं मिलता तो, माँग-माँग कर पुस्तकें घर में ढेरकर लेना अनुचित है पढ़ने का अवकाश न हो तो बिना पढ़े हो पुस्तक लौटा दो। रखकर न बैठ जाओ।

(२५)

माँगकर लाई हुई दूसरों की पुस्तक को हड़प जाना, या उसका रूप रंग बदलकर अपनी बना बैठना कमीनापन है।

(२६)

यदि कोई व्यक्ति लिख पढ़ रहा हो तो, उसके पास बैठकर किसी पुस्तक को ज़ोर-ज़ोर से बोलकर पढ़ना, या बातचीत करना अनुचित है।

(२७)

पुस्तकालय या वाचनालय में जाकर पुस्तक अथवा समाचार पत्र ज़ोर से पढ़ना बुरी बात है।

(२८)

पढ़ते लिखते व्यक्ति से, बातें करना या ऐसा कोई काम करना जिससे उसके कार्य में विघ्न पड़े— अथवा ध्यान भंग हो जाए, अत्यन्त बेहूदापन है।

(२९)

किसी के गुप्त कागज पत्र को, उसके स्वामी की आंखें बचाकर, चोरी से पढ़ने का प्रयत्न करना मूर्खों का काम है।

(३०)

धर्म पुस्तकों को पैर लगाना, ज़मीन पर रखना, अपवित्र दशा में छूना और उनके पृष्ठ लौटते समय थूक लगाना अनुचित है।

(३१)

पुस्तकों के पृष्ठों को, थूक लगाकर पलटने की आदत न डालो। यह घिनौनी आदत है। इसके लिए स्पंज (Sponge) या पानी में भीगी हुई कपड़े की गीली गद्दी अथवा नमदा काम में लाया जा सकता है। पृष्ठ लौटने के लिए जब पानी की जरूरत हो तो इन पर अंगुली लगाकर पृष्ठ लौटो।

१३

स्त्रियों के साथ व्यवहार

"यत्र नार्यस्तु पूज्यन्ते रमन्ते तत्र देवताः।
यत्रैतास्तु न पूज्यन्ते सर्वास्तत्राफलाक्रियाः।"

—मनु

(१)

यदि स्त्रियाँ आसपास हों और आपको उस समय खाँसी आती हो या कण्ठ में कफ हो तो उस समय खाँसना-खखारना जैसे तैसे रोकलो। यदि न हो सके तो आड़ में जाकर खाँसो या इस तरह से खाँसो कि स्त्रियों का ध्यान आपकी ओर आकर्षित न हो।

(२)

यदि कहीं स्त्रियाँ बैठी हों तो पुरुष को वहाँ चुपचाप नहीं जाना चाहिए। यदि वहाँ जाना हो तो ऐसा कोई शब्द करके आगे बढ़ो कि उन्हें तुम्हारा आना पहले से ही मालूम होजावे।

(३)

स्त्रियों की ओर देखकर पुरुषों को अपना मुंह किसी दूसरी ओर कर लेना चाहिए। उन्हें टकटकी लगाकर, घूरकर देखना असभ्यता है। यदि इत्तफाक से चार आँखें होजावे तो तत्काल अपनी दृष्टि नीची करलो।

(४)

स्त्रियों के साथ बातचीत करते समय पुरुषों को अपनी दृष्टि नीची रखनी चाहिए। आवश्यकता पड़ने पर देखकर फिर नीची नजर कर लेनी चाहिए।

(५)

कन्याओं को बहिन या बेटी, युवतियों को बाई, बहिन या देवी, श्रीमती, महाशया, और वृद्धा स्त्रियों को माता, माजी, आदि कहकर सम्बोधन करो।

(६)

जो स्त्री आपको देखकर लज्जा प्रकट करे, उसके सामने ज्यादा घूमना फिरना, उससे अकारण ही बातचीत करना, या उसकी ओर देखना असभ्यता है।

(७)

जहाँ पर औरतें हों, वहाँ गाना बजाना नाचना, ताली पीटना, सीटी लगाना चुटकियाँ बजाना भले आदमियों का काम नहीं है।

(८)

जहाँ औरतें रहती हों, उस जगह व्यर्थ ही ठहरना, घूमना फिरना और बारबार उधर आना जाना ठीक नहीं है।

(९)

जहाँ स्त्रियाँ हों, वहाँ बिना किसी कारण विशेष के लँगोट बाँध-कर या और किसी रूप में कम वस्त्र पहिन कर नंगे शरीर घूमना असभ्यता है।

(१०)

जहाँ स्त्रियाँ हों वहाँ पुरुषों को आपस में भी हँसी मज़ाक नहीं करनी चाहिए। यही बात स्त्रियों के लिए भी है। कई असभ्य जातियों में विवाह के समय स्त्रियों से हँसी मज़ाक होता है; यह बहुत ही बुरी बात है। परस्त्री से हँसी दिल्लगी करना अधम मनोवृत्ति का सूचक है।

(११)

किसी पुरुष से आपका भले ही कितना भी प्रेम क्यों न हो, किन्तु उसकी पत्नी के पास एकान्त में अत्यंत पवित्र भावों को लेकर भी कभी न रहो।

(१२)

पराई स्त्री को अपनी माता के समान, पराए द्रव्य को धूल के समान और प्राणीमात्र को अपने समान समझो।

"मातृवत् परदारेषु परद्रव्येषु लोष्ठवत्।
आत्मवत् सर्वभूतेषु यःपश्यति स पण्डितः॥"

(१३)

औरतों से लड़ाई झगड़ा करना, वादविवाद करना या उन्हें मारने को हाथ उठाना असभ्यता है। स्त्री जाति की सदैव इज्जत करो। क्योंकिः—

"यत्रनार्यस्तु पूज्यन्ते रमन्ते तत्र देवताः।"

(१४)

अपनी स्त्री को कभी नहीं मारना पीटना चाहिए। स्त्री के साथ ऐसा उत्तम व्यवहार रखो कि यह अवसर ही नहीं आने पावे। स्त्रियों पर हाथ उठाने वाला 'मर्द' नहीं कहा जा सकता। जहाँ स्त्रियों के साथ अच्छा व्यवहार होता है वहाँ सुख शान्ति और आनन्द निवास करते हैं।

"सन्तुष्टो भार्यया भर्त्ता भर्त्रा भार्या तथैव च।
यस्मिन्नेव कुले नित्यं कल्याणं तत्र वै ध्रुवम्।"

(१५)

स्त्रियों को बुरी दृष्टि से देखना, उन्हें कष्ट देना, सताना, ओढ़ने पहिनने को कम या खराब देना नीचता है।

(१६)

स्त्रियों के चरित्र पर कुत्सित भाव प्रकट करना, उनके चरित्र विषयक झूठी गन्दी बातों का प्रचार करना कमीनापन है।

(१७)

छोटी-छोटी लड़कियों का चाहे जिसके साथ विवाह कर देना। चाहे जैसा वर ढूँढकर उसके साथ विवाह देना। पैसे लेकर किसी भी बुड्ढे के हवाले कन्या कर देना, नितान्त जंगली प्रथा है।

(१८)

कन्या पाठशालाओं के आसपास घूमना अकारण ही पाठशाला में जाना, अध्यापिकाओं से बातचीत करना, पुरुषों के लिए अनुचित है।

(१९)

जहाँ स्त्रियाँ स्नान करती हों, वहाँ न जाओ। ऐसे घाटों पर, जो स्त्रियों के नहाने के लिए नियुक्त हों न जाओ। ऐसे स्थानों के पास से भी न निकलो।

(२०)

नग्न स्त्रियों को देखना, या उन्हें नग्न दशा में देखने की चेष्टा करना पाप है।

(२१)

भिक्षुक स्त्रियों को बुरी तरह मत झिड़को। उन्हें आदर पूर्वक जो आपसे बन सके दो। यदि वे विपद्ग्रस्त हों और किसी विधवाश्रम, अनाथालय, या वनिताश्रम वग़ैरः में जाकर रहना चाहें तो उन्हें पहुँचा दो। भूलकर मातृजाति का अपमान न करो। बूढ़ी-स्त्रियों को मातृ तुल्य आदर देकर उन्हें अवश्य यथा शक्ति अन्न, जल, वस्त्र आदि दो।

(२२)

विधवाओं के साथ कठोर व्यवहार न करो। उनके साथ अत्यन्त नम्रता एवं सहानुभूति पूर्ण हृदय से व्यवहार करो। जो लोग विधवाओं को अशुभमान कर उन्हें रात दिन झिड़कते या डाँटते रहते हैं वे मूर्ख अनुचित करते हैं। उन्हें कष्ट देना या उनकी भर्त्सना करना, हमारे कष्टों की खास जड़ है।

———

३४

नारी-सभ्यता

"भारतीय सभ्यता के अनुसार, स्त्रियाँ मातृरूपा है। हमें उनका सम्मान करना चाहिए।"

—मदनमोहन मालवीय

(१)

स्त्रियों को, दूकानदारी नहीं करनी चाहिए। जवान स्त्रियों का दूकान पर बैठकर लेनदेन करना, और पुरुषों के साथ भाषण करना, अपने आचरण को कलंकित करना है। जो स्त्रियाँ दूकानदारी करती हैं, लोगों की नजर में उनका चरित्र सन्देह पूर्ण हो जाता है।

(२)

स्त्रियों को चाहिए कि पुरुषों के साथ व्यर्थ ही अनावश्यक बात-चीत न करें। आवश्यकता आ पड़ने पर नीची दृष्टि करके उनसे बोलना चाहिए। और आवश्यकता से अधिक नहीं बोलना चाहिए।

(३)

स्त्रियों को चाहिए कि उच्च स्वर से कभी न बोलें। हमेशा मन्द-स्वर से शान्ति पूर्वक बोलने की आदत डालें। यदि इस बात का ध्यान पिता के घर बचपन में रखा जाय तो उत्तम हो।

(४)

अपने घर के द्वार में बैठकर या खड़ी होकर बातचीत करना अनुचित है, घर के ऐसे द्वार पर जो गली या सड़क की ओर हो, स्त्रियों को नहीं बैठना चाहिए। कुछ स्त्रियाँ द्वार में तो बैटती हैं किन्तु किवाड़ की ओट कर लेती हैं यह भी ठीक नहीं है।

(५)

सूर्यास्त के समय या उसके बाद अपने घर के द्वार में या द्वार के पास, बाहर, स्त्रियों का बैठना या खड़े रहना अनुचित है। ऐसी स्त्रियाँ चरित्रहीन गिनी जाती हैं।

(६)

बहुतेरी बहिनें, जिनका गोरा रंग होता है, सुई वगैरः से अंग विशेष पर गोदकर उसमें लाल या नीला रंग भरकर सदैव सदैव के लिए चिह्न बना लेती हैं। ऐसा वे खूबसूरत बनने के लिए करती हैं। यह ठीक नहीं है। यह जंगली प्रथा है। ठोड़ी, गाल, कनपटी पर तथा हाथ पैरों पर गुदने गुदाना जंगलीपन प्रकट करना है।

(७)

जो स्त्रियाँ अधिक जेवर पहिनती हैं वे असभ्य मानी जाती हैं। अनाप शनाप जेवरों को अपने शरीर पर लादना अनुचित है। जेवर

पहनना ठीक नहीं है। स्त्रियों का भूषण तो उनका शील एवं उत्तम चरित्र है।

(८)

कानों मे बहुतेरे छेद कराके उनमे बालियाँ तथा दूसर जेवर पहनना बेहूदापन है। कई स्त्रियां कानो को इतना छिदाती है कि व चलनी बनजाते है। कर्णभूषणों क भार से कान बुरी तरह लटकने लगते है जो बदसूरती उत्पन्न करते है।

(९)

कई स्त्रियां बहुत ही महीन बारीक वस्त्र ओढना पहनना पसन्द करती है, यह निर्लज्जता सूचक है। घर के बाहर तो कुलीन स्त्री को कदापि एसे वस्त्र नहीं पहनना चाहिए। कई स्त्रियाँ महीन धोती बाँधकर मर्दों के सामने स्नान करती है, ऐसी स्त्रियों क प्रति समाज के विचार बडे ही घृणित हो जाते है।

(१०)

स्त्रियों को उचित है कि अपने पति क सो जान के बाद सोव और उठने के पहिले उठ। पति से पूर्व ही नहीं बल्कि घर के सभी पुरुषों से पहले सोकर उठ जाना चाहिए। लोगों क उठजाने के बाद तक शय्या पर पडे रहना लज्जा की बात है।

(११)

अपने घर क लोगो क साथ बनावटी शर्म दिखाना, घूँघट निकालना, पर्दा करना और बाहरी लोगों से खुल्लमखुल्ला निधडक हस हँसकर बातें करना, स्त्रियों के शील मे सन्देह उत्पन्न करना है। लज्जा वही है जो बाहर भीतर समान हो।

(१२)

स्त्रियाँ यदि अपने नाते रिश्तेदारों से लज्जा प्रदर्शनार्थ पर्दा करती हैं तो उन्हें, धोबी, भंगी चूड़ीवाले, गोटेवाले, और घर के नौकरों से भी लज्जा पूर्वक व्यवहार करना चाहिए। ऐसा न करना लज्जा का ढोंग करना है।

(१३)

औरतों को मार्ग में चलते हुए और ऐसे स्थानों में जहाँ पुरुषों का आवागमन हो—खूब चिल्ला-चिल्लाकर आपस में बातचीत नहीं करनी चाहिए।

(१४)

स्त्रियों को उचित है कि, एकान्त में पर पुरुष से बातचीत न करें। यदि ऐसा अवसर भी आजावे तो वहाँ से हटजाना चाहिए। नीति-कारों ने तो तरुणी को एकान्त में अपने भाई तथा पिता से भी मिलना मना किया है।

(१५)

ऐसे खुले स्थानों में जहाँ पुरुषों की दृष्टि जाती हो, स्त्रियों को कभी भी नहीं सोना चाहिए। एकान्त में अदब के साथ सोने का ध्यान सदैव रखना चाहिए।

(१६)

पनघट पर पानी भरने के लिए जाना और वहाँ ज़ोर-ज़ोर से दूसरी स्त्रियों के साथ बातचीत करना, हँसना या लड़ना झगड़ना अनुचित है।

(१७)

जंगल में—गाँव के बाहर, लकड़ी कण्ड बीनने जाना, और विशेषतः अकेली जाना ठीक नहीं है।

(१८)

जहाँ पुरुषों का समाज हो, वहाँ अकारण यहीं स्त्रियों का जाना अनुचित है।

(१९)

कई जातियों में, नुक़ता विवाह आदि अवसर पर स्त्रियाँ भी भोजनार्थ जाती हैं। कुछेक नीच-स्वभाववाली स्त्रियाँ भोजन करते समय मिठाई वगैर' भी चुराकर घर ले आती हैं। यह कार्य महा अनुचित है।

(२०)

ऊँचे और अधिक घेरेवाले घाघरे (लहँगे) पहनना ठीक नहीं है। कुछ मूर्खा स्त्रियाँ पैरों में खूब ऊपर तक जेवर पहिनती हैं और उन्हें दिखाने के लिए घाघरा ऊँचा पहिनती हैं।

(२१)

आँगी (चोली) की खूबसूरती और जेवरों की झलक दिखाने के लिए ऊँचे और ओछे कपड़े पहरना या बारीक वस्त्र धारण करना ओछापन है।

(२२)

कई स्त्रियाँ दाँतों में छेद कराके सोने की कील लगवाती हैं। कई स्त्रियाँ सोने की या नकली सोने की चोंपें दाँतों में बिठाती हैं। ये दोनों ही बातें जंगलीपन की सूचक हैं।

(२३)

कई गँवार स्त्रियाँ नित्य अपने बालों को नहीं सँवारतीं। एक रोज धोकर, घी डालकर, गुंथकर और आगे के बालों को गोंद वग़ैरः से चिपकाकर १०-१५ दिन का झगड़ा निपटा देती हैं। यह ठीक नहीं है।

(२४)

सिर के आगे के बालों को गोंद से चिपका कर उनपर गोटा, पन्नी वग़ैरा लगाकर अपनी सजावट करना जंगलीपन है।

(२५)

स्त्रियाँ अपने सामने कपाल पर बालों के साथ गुंथकर एक आभूषण धारण करती हैं, जिसे 'बोर' कहते हैं। असभ्य स्त्रियाँ इस बोर के चारों ओर मोती लगा-लगाकर उसे २॥ से ३ इंचतक चौड़ा बना लेती हैं। दूर से यह दिखने में बरों का छत्ता सा मालूम होता है। मारवाड़ की स्त्रियों में या उनके संसर्ग में रहने वाली स्त्रियों के सिरों में प्रायः ऐसा बोर देखा जाता है। संभव है कि स्त्रियाँ और कुछ अनजान लोग इसे अच्छा समझते हों परन्तु वास्तव में यह एक भद्दा आभषण है।

(२६)

घूँघट में से, एक आँख द्वारा, अंगुलियों के सहारे कपड़े का एक छिद्र सा बनाकर लोगों को ओर देखना, या बाज़ार में देखते हुए चलना अनुचित है। बाज़ार में इस तरह शुक्राचार्य का पार्ट करते हुए चलना बेहूदापन है।

(२७)

रात दिन कांच मे मुँह देखना और पान चबाते रहना स्त्रियों के लिए दूषण है ।

(२८)

ऐसे स्थानों मे जहां लोगों की दृष्टि पड़ती हो, शृंगार करना, बाल संवारना, मांग भरना, काजल आँजना, जेवर पहनना आदि कार्य स्त्रियों को नहीं करना चाहिए ।

(२९)

नाक छेदकर उसमें नथ नामक आभूषण पहनना भी सौभाग्य चिह्न समझा जाता है, परन्तु आभूषणों के पहनने से तात्पर्य सौन्दर्य वृद्धि है, नाक के इस आभूषण से तो सौन्दर्यवृद्धि के बजाय सौन्दर्य का नाश होता है। यह बात अलग है कि कुछ लोगों की दृष्टि मे, जो सौन्दर्य के सच्चे रूप को नहीं समझते यह आभूषण स्त्रीजाति के सौन्दर्य की वृद्धि करता हो, किन्तु वास्तव में यह एक भद्दा आभूषण है। यों तो नाक कान छेदना भी असभ्यता है।

(३०)

स्त्रियों का उघाड़ पेट या छाती बिना ढके घूमना फिरना बेशर्मी है। अक्सर देखा जाता है कि गजों लम्बे कपड़े का लहंगा पहिनने वाली मारवाड़ी स्त्रियों का पेट और छाती का कुछ भाग खुला ही रहता है। ऐसा पहनावा बुरा है ।

(३१)

कलाइयों पर बहुत-सी चूड़ियाँ पहिनना जंगली प्रथा है। बहुत-सी

जातियों में औरतें कोहनी से ऊपर भुजा पर भी चूड़ियाँ पहिनती हैं, यह उपहासास्पद असभ्य शृंगार है। इसे कोई भी सभ्य मनुष्य भला नहीं कहेगा। चूड़ियाँ यदि पहनी जावें तो एक-एक या दो-दो काफी हैं।

(३२)

पर पुरुषों से हाथ मिलाना भारतीय स्त्रियों के लिए असभ्यता है।

(३३)

भारत के कई प्रान्तों में स्त्रियाँ चलते फिरते भी गीत गाती हैं। दो चार औरतें इकट्ठी हुई कि वे चाहे कहीं भी हों गीत गाने लगती हैं। मेले-ठेले में, बाजार में, ताँगों में, मोटरों में रेल में उनका राग शुरू हो ही जाता है। उत्तर भारत के सभी प्रान्तों की स्त्रियाँ और विशेषतः राजपूताने की औरतें खूब गाती हैं। यह ढंग बेहूदा और जंगली है।

(३४)

स्त्रियों को कभी भी भद्दे, निरर्थक, व्यर्थ के गीत नहीं गाने चाहिएं। देखा जाता है कि राजपूताना, मध्यप्रान्त, मध्यभारत, आदि की रहनेवाली स्त्रियाँ जो गीत गाती हैं वे प्रायः जेवर, वस्त्र, मिठाई, पलंग, महल, और स्त्री पुरुष के प्रेम विषयक होते हैं। ये गीत कभी कभी इतने भद्दे होते हैं, कि सुनने में भी शर्म आती है। ऐसे गायन गाना नितान्त असभ्यता है।

(३५)

किसीके यहाँ जब कोई मेहमान आता है या कोई उत्सव होता है तो स्त्रियाँ उनके यहाँ जँवाई, गवाने, देवर गवाने जाती हैं, यह

अनुचित है इसी प्रकार विवाह आदि मे गालियां, सीठने गवाए जाते हैं—यह भी बुरा है। क्योंकि गीतों मे प्रायः ऐसी ही बातों का जिक्र रहता है जो उनके घर की स्त्रियों के मुंह से ही शोभा देता है और सार्थक होता है। साथ ही जिन पुरुषों के स्वागत सत्कार मे गीत गवाए जाते है वे गीत गाने वाले सभी स्त्रियों से हंसी मजाक सा करते रहते है। यह असभ्यता है। सभ्य स्त्रियों को उचित है कि ऐसे असभ्य समाज में भूल कर भी कदम न रखें।

(३६)

स्त्रियों को चाहिए कि, अपने देवर, जवाई और जॅवाई के नाते रिश्तेदार आदि पुरुषों से भी कभी फोश मजाक न करें।

(३७)

घर गृहस्थ के काम से फुर्सत पाने के बाद स्त्रियों को चाहिए कि अपना समय पठन पाठन मे बितावें। अपने छोटे छोटे बच्चों को मोहल्ले के बालकों को और पड़ोसिनों को पढ़ना लिखना सिखाया करें या उन्हें उपदेश दिया करें। फुर्सत मे गप्पें मारना, दूसरों के घरों की भली बुरी बात करना, लड़ना झगड़ना, घर फोड़ो बातें करना, सोना, जुएँ मारना आदि काम असभ्य स्त्रियों के है।

(३८)

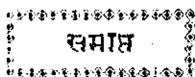
बहुतसी स्त्रियों का पैर घर मे नहीं टिकता। जरासा अवकाश पाते ही वे दूसरों के घर चक्कर लगाती हैं। पराए घरों मे स्त्रियों का बेकाम घूमना फिरना अनुचित है।

(३९)

बहुतेरी कन्याएँ तथा माताएँ गोबर बटोरती फिरा करती हैं। यह बुरा है। इस समय को बचाकर यदि किसी दूसरे अच्छे काम में खर्च किया जाय तो बहुत लाभ हो सकता है। फुर्सत के समय पढ़ना लिखना या चर्खा कातना सबसे उत्तम बात है।

(४०)

स्त्रियों को चाहिए कि कभी मादक द्रव्य सेवन न करें। कई स्त्रियाँ जर्दा तमाखू खाती पीती हैं, यह बहुत ही बुरी बात है। हुलास—नासिका—सूँघना बुरा है। इसी प्रकार पान में जर्दा सुरती वगैरः खाना भी ठीक नहीं है। तम्बाकू, चाय, भांग, अफीम, शराब वगैरः बहुत ही घातक पदार्थ हैं। इनसे सदैव बचना बचाना चाहिए।



सस्ता साहित्य मण्डल का

एकदम नवीन

प्र का श न

१—दीपशिखा की भांति स्निग्ध और कोमल प्रकाश देनेवाला तथा

२—हिन्दी-साहित्य में नवीन विचारधारा उत्पन्न करनेवाला अद्भुत विचारपूर्ण ग्रंथ

स्वतंत्रता की ओर

लेखक

श्री० हरिभाऊ उपाध्याय

अभी खरीदिए, पढ़िए

और

इस पथ के पथिक बनिए—

सस्ता-साहित्य-मण्डल के

प्रकाशन

१—दिव्य-जीवन ।=)
२—जीवन-साहित्य (दो भाग) १।)
३—तामिलवेद ॥।)
४—भारत में व्यसन और व्यभिचार ॥=)
५—सामाजिक कुरीतियाँ (ज़ब्त : अप्राप्य) ॥।)
६—भारत के स्त्री-रत्न (दो भाग) १॥-)
७—अनोखा (विक्टर ह्यूगो) १।=)
८—ब्रह्मचर्य-विज्ञान ॥।=)
९—यूरोप का इतिहास (तीन भाग) २)
१०—समाज-विज्ञान १॥)
११—खद्दर का सम्पत्ति-शास्त्र ॥।≡)
१२—गोरों का प्रभुत्व ॥।=)
१३—(चीन की आवाज) अप्राप्य।-)
१४—दक्षिण अफ्रिका का सत्याग्रह १।)
१५—विजयी बारडोली २)
१६—अनीति की राह पर ।≡)
१७—सीताजी की अग्नि-परीक्षा ।-)
१८—कन्या-शिक्षा ।)
१९—कर्मयोग (अप्राप्य) ।=)
२०—कलवार की करतूत =)
२१—व्यवहारिक सभ्यता ॥)
२२—अंधेरे में उजाला ॥)
२३—स्वामीजी का बलिदान (अप्राप्य) ।-)
२४—हमारे ज़माने की गुलामी (ज़ब्त : अप्राप्य) ।)
२५—स्त्री और पुरुष ॥)
२६—घरों की सफ़ाई ।)
२७—क्या करें ? (दो भाग) १॥=)
२८—हाथ की कताई-बुनाई (अप्राप्य) ॥=)
२९—आत्मोपदेश ।)
३०—यथार्थ आदर्श जीवन (अप्राप्य) ॥-)
३१—जब अंग्रेज नहीं आये थे— ।)
३२—गंगा गोविंदसिंह (अप्राप्य)॥=)

३३—श्रीरामचरित्र	१।)
३४—आश्रम-हरिणी	।)
३५—हिन्दी-मराठी-कोष	२)
३६—स्वाधीनता के सिद्धान्त	॥)
३७—महान मातृत्व की ओर	॥।=)
३८—शिवाजी की योग्यता (छप रही है)	।=)
३९—तरंगित हृदय (छप रही है)	॥)
४०—नरमेध	१॥)
४१—दुखी दुनिया	॥)
४२—जिन्दा लाश	॥)
४३—आत्म-कथा (गांधीजी) दो खराड सजिल्द	१॥)
४४—जब अंग्रेज आये (जब्त अप्राप्य)	१।=)
४५—जीवन-विकास अजिल्द	१।)
सजिल्द	१॥)
४६—किसानों का बिगुल (जब्त)	=)
४७—फाँसी ?	॥)
४८—अनासक्तियोग तथा गीता-बोध (श्लोक-सहित)	।=)
अनासक्तियोग	=)
गीताबोध—	-)॥
४९—स्वर्ण-विहान-(नाटिका) (जब्त)	।=)
५०—मराठों का उत्थान पतन	२॥)
५१—भाई के पत्र	१॥)
सजिल्द	२)
५२—स्वगत—	।=)
५३—युग-धर्म (जब्त,अप्राप्य)	१=)
५४—स्त्री-समस्या	१॥)
५५—विदेशी कपड़े का मुकाबला	॥=)
५६—चित्रपट	।=)
५७—राष्ट्रवाणी (अप्राप्य)	॥=)
५८—इंग्लैण्ड में महात्माजी	१)
५९—रोटी का सवाल	१)
६०—दैवी सम्पद्	।=)
६१—जीवन-सूत्र	॥)
६२—हमारा कलंक	॥=)
६३—बुदबुद	॥)
६४—संघर्ष या सहयोग ?	१॥)
६५—गांधी-विचार-दोहन	॥)
६६—एशिया की क्रांति (जब्त)	१॥)
६७—हमारे राष्ट्रनिर्माता	२॥)
सजिल्द	३)

पता—सस्ता-साहित्य-मण्डल, नया बाजार, दिल्ली।